angayar Malar
ம்பர் '91 ரூ. 6/-

மங்கையர் மலர்



.... வண்ணக் கலவையாக வடிவமைத்த

குமரன் சில்க்ஸ்

.... விழாக்கால இன்னிசை ரீங்காரம்

குமரன் சில்க்ஸ்

குமரன் சில்க்ஸ்

புதுப்புது அனுபவங்களின் பிறப்பிடம்

12, நாகேஸ்வரன் சாலை (பனகல் பார்க் எதிரில்)

சென்னை-600 017 போன்: 443544, 447777

எமக்கு வேறெங்கும் கிளைகள் கிடையாது

UIPC:KS:2:91

பாதுகாப்பான தீபாவளி

இது தீபாவளி நேரம். என்னதான் எச்சரிக்கையுடன் நாம் செயல்பட்டாலும் தீ விபத்துக்களைத் தவிர்க்க முடியாத நிலை. இந்த நிலையில் நமது தீயணைப்புத் துறையினர் மேற்கொள்ளும் முன்னேற்பாட்டு நடவடிக்கைகள் பற்றி இன்ஸ்பெக்டர் ஜெனரல் ஆப் போலீஸ் - டைரக்டர் ஆஃப் ஃபயர் சர்வீஸ் திரு. ஜி. வீரராகவன் ஐ. பி. எஸ். அவர்களிடம் கேட்ட போது -

''எங்களுடைய துறை தீயணைப்புத் துறை என அழைக்கப்பட்டாலும், மீட்புப் பணிகளும் இணைந்தே செயல்படுகிறது. தீயணைப்பு வண்டிகளுடன் எங்கள் துறைக்குப் பத்து ஆம்புலென்ஸ் வண்டிகளும் உண்டு. விபத்தில் சிக்கியவர்களுக்கு இலவசமாக முதலுதவிகளும் செய்து மருத்துவமனைகளில் சேர்க்கவும் செய்கிறோம்.

எங்கள் துறை எப்போதுமே விழிப்புடன் செயல்பட்டாலும் தீபாவளி சமயத்தில் இருபத்தி நான்கு மணி நேரமும் (இரண்டு ஷிப்டுகளிலும் வரும்) அத்தனை ஆட்களும் தயார் நிலையில் இருப்பார்கள். 1000 காலன் (4000லிட்) தண்ணீர் கொள்ளக்கூடிய (நீர் நிரம்பிய) தொட்டிகளைத் தன்னகத்தே கொண்ட, வயர்லெஸ் பொருத்தப்பட்ட 44 தீயணைப்பு வண்டிகள் காத்திருக்கின்றன. சென்னையிலுள்ள 22 தீயணைப்பு நிலையங்களுமே எப்போதும் உறங்குவதில்லை. இவைகளுடன் சமீபத்தில் சுழல்கின்ற நீட்டிப்பு ஏணி' என்ற ஒரு புதிய தீயணைப்பு வண்டி (46 மீட்டர் - 140 அடி - நீளக் கூடியது; 360 டிகிரியில் எல்லா திசைகளிலும் சுழலக்கூடியது இது.) ஜப்பானிலிருந்து (மோரிட்டா தயாரிப்பு) இறக்குமதி செய்யப்பட்டுள்ளது. இதை நம் மாண்புமிகு முதல்வர் செல்வி ஜெயலலிதா அவர்கள் சென்ற செப்டம்பர் 15-ந் தேதி மக்களுக்கு அர்ப்பணித்தார். 2.84 கோடி விலையுள்ள இது பல மாடிக் கட்டிடங்களில் ஏற்படும் தீயை அணைக்க உதவு



வதுடன் விபத்தில் சிக்கியவர்களையும் வெளியில் கொண்டு வர உதவும்.

தீ விபத்து ஏற்பட்டவுடன் தொலைபேசி எண் 101-டன் தொடர்பு கொண்டு விபத்து ஏற்பட்ட இடம் பற்றித் தெளிவாக, விளக்கமாகச் சொல்ல வேண்டும். வண்டிகளில் 'ஒயர்லெஸ்' பொருத்தப்பட்டிருப்பதால் உடனே சம்பவம் நடந்த இடத்திற்கு அருகிலுள்ள வண்டி உடனே செல்லும். சம்பவம் நடந்த இடம் இருக்குமிடத்தைப் பொறுத்து வண்டி போய்ச் சேரும் நேரம் கூடவோ, குறையவோ ஆகும்.

தீ விபத்தைக் கண்டவுடன் எங்களுக்கு அதைத் தெரிவிப்பதுடன் பொது மக்களின் கடமை முடிந்து விடுவதில்லை. சிறிய தீ கவனிக்கப்படாமல் விடப்படும் போது தான் பெரியதாகிறது. கூடிய வரை சிறிய தீயாக இருக்கும் போது அணைத்து விடுவது பெரும் நஷ்டத்தைத் தவிர்க்கும்.

தொலைபேசி எண் 101-டன் தொடர்பு கொள்ளும் முறை மதுரை, கோவை, திருச்சி ஆகிய நகரங்களிலும் உண்டு. இத்துடன் ஒவ்வொரு மாவட்டத்தின் தலைநகரிலும் தீயணைப்பு நிலையம் ஒன்று உண்டு. இதன் தொலைபேசி எண்ணை (அதுவும் தீபாவளி நேரத்தில்) குறிப்பிட்ட மாவட்ட மக்கள் தெரிந்து வைத்துக் கொள்ளுதல் மிகவும் அவசியம். தீயணைப்பு நிலையங்கள் அனைத்துமே காவல் துறையுடன் தொடர்பு கொண்டவை. தீயணைப்புத் துறையுடன் தொடர்பு கொள்ள முடியாத நிலையில் (தீ விபத்து பற்றி) காவல் துறையுடன் தொடர்பு கொண்டு எங்களுக்குத் தெரிவிக்கலாம்.

இனி உங்கள் பாதுகாப்புக்குச் சில எச்சரிக்கைகள் -

1. பண்டிகை சமயங்களில் வீட்டில் பட்சணங்கள் செய்யும் போது காஸ், ஸ்டவ் போன்றவைகளை மிகவும் கவனத்துடன் கையாள வேண்டும்.

2. சரப் பட்டாசுகளை அடுப்பின் மேல் வைத்து உலர்த்துதல் கூடாது (வெயிலில் தான் உலர்த்த வேண்டும்)

3. குழந்தைகள் பட்டாசு வெடிக்கும் சமயம் பெரியவர்கள் கூடவே இருக்க வேண்டும்.

4. பட்டாஸ் வெடிக்கும் போது தவறாமல் பக்கத்தில் பக்கெட் நிறைய தண்ணீர் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

5. 'அவுட் வெடிகள்' - வெடித்த பின்பு போய் விழும் இடத்தில் தீ பிடிக்கக்கூடிய தன்மை உடையது. (மரம், குடிசை போன்ற எதுவானாலும்) இந்த வெடிகள் கண்டிப்பாகத் தவிர்க்கப்பட வேண்டியவை.

6. 'ஆட்டம்பாம்', வெங்காய வெடி போன்றவைகளும் தவிர்க்கப்பட வேண்டியவைகள்.

7. பட்டாசுகளை மிகவும் பத்திரமான இடத்தில் வைக்க வேண்டும்.

8. ஃபயர் லைசென்ஸ் இல்லாமல் பட்டாசுக் கடைகள் வைக்கக் கூடாது.

9. நெரிசலான இடங்களில் பட்டாசுக் கடைகள் வைக்கவே கூடாது.

10. பட்டாசு வெடிக்கும் போது நைலான், பாலியஸ்டர் போன்ற துணிகளை அணியக் கூடாது.

11. பெரிய வத்திகளைக் கொண்டுதான் பட்டாசுகளை வெடிக்க வேண்டும்.

12. தீ விபத்து மின்சாரத்தினால் ஏற்பட்டதானால் முதலில் மின்சார இணைப்பைத் துண்டிக்க வேண்டும்.

இவைகளை பொது மக்கள் பின்பற்றினால் விபத்துக்களைத் தவிர்க்கலாம். போன வருடம் சுமார் 78 விபத்துக்கள் நகரில் ஏற்பட்ட போதும் அனைத்துமே சிறியவைதான். பெரிய அளவில் எதுவும் இடையாது. நாங்கள் எத்தனை முன்னேற்பாடுகளுடன் இருந்தாலும் பொது மக்களின் ஒத்துழைப்பு இருந்தால் மட்டுமே 'பெரும் விபத்துக்கள்' இல்லாத தீபாவளி கொண்டாட முடியும்.'' என்றார் வீரராகவன்.

சந்திப்பு : வைதேகி தேசிகன்



நம்பிக்கையும் தைரியமும் வெற்றிக்
கிரீடத்தின் இரு ஒளிமிகு வைரங்கள்.''

- இந்தியா

தாங்கள் கங்கையில் நீராடிய அனுபவத்தை இங்கே இரு தம்பதியினர் கூறுகின்றனர்.

கங்கா ஸ்நானம் (நிஜமாகவே) ஆச்சு

திருமதி கமலா - திரு. ஸ்ரீனிவாசன் :

''காசியைப் பற்றிய எக்கச்சக்க எதிர்பார்ப்புக்களுடன் அங்கு காலடி எடுத்து வைத்தோம். சந்து பொந்தெல்லாம் நுழைந்து செல்ல வேண்டியிருந்த காசி விஸ்வநாதர் கோவில் சிறிதாகவும், யார் வேண்டுமானாலும் அபிஷேகம் செய்யலாம் என்ற நிலை காரணமாக தரையெல்லாம் நசநசவென்று தண்ணீராகவும் இருந்து கொஞ்சம் ஏமாற்றம் அளித்தது உண்மைதான். ஆனால் எங்கள் எதிர்பார்ப்பையெல்லாம் மீறி எங்களை ஆச்சரியப்பட வைத்தது கங்கைதான். மணிகர்ணிகா கட்டம் என்ற இடத்தில் ஸ்னானம் செய்தோம். அதுவரை மறுகரையே தெரியாத ஒரு ஆற்றினை நாங்கள் பார்த்ததில்லை. கங்கை அலைகளில்லாத ஒரு கடல் போலத்தான் காட்சியளித்தது.

அப்பப்பா எத்தனை படிகள்! ஒவ்வொரு படியிலும் இறங்கும் போது கங்கையின் பிரம்மாண்டத் தோற்றம் மனதை மேலும் வசீகரித்தது.

அங்கே இருப்பவர்களின் வாழ்க்கையோடு கங்கை பின்னிப் பிணைந்திருந்தது கொஞ்ச நேரத்திலேயே புரிந்து போகிறது. டயரையே லைஃப்-பெல்டாக ஆக்கிக் கொண்டு நதியில் மிதந்து கொண்டிருந்தார்கள் சில சிறுவர்கள். எண்ணெய் தேய்த்துக் கொண்டு சீயக்காய்க்குப் பதிலாக கங்கை மணலையே உபயோகிக்கும் மக்கள். ''கங்கா மாதா கீ ஜெய்'' என்று உச்ச குரலில் உணர்ச்சிபூர்வமாக கோஷங்கள் எழும்புகின்றன. ஏதோ சொந்தத் தாய்க்கு அன்னம் படைக்கும் வாத்சல்யத்துடன் இலையில் தின்பண்டங்களை வைத்து நதி



கோமளம் வரதாச்சாரி

யில் விடுகிறார்கள்.

கங்கையின் ஜில்லென்ற நீரில் நாங்கள் ஸ்னானம் செய்த போது மனதில் எழுந்த பரவச உணர்வை எங்களால் வார்த்தைகளில் விளக்க முடியாது. ஒவ்வொரு தீபாவளியின் போதும் தெரிந்தவர்கள் ''கங்கா ஸ்னானம் ஆச்சா?'' என்று தெரிந்தவர்கள் கேட்கும் போது, உண்மையிலேயே கங்கையில் ஸ்னானம் செய்த அந்த அனுபவம் நினைவுக்கு வந்து எங்களை ஆனந்தப் படுத்துவது வழக்கம்.



திருமதி கோமளம், திரு. வரதாச்சாரி :

''அலகாபாத் ஸ்டேஷனில் யாத்ரிகர்களை வரவேற்க அந்த ஊர் சாஸ்திரிகள் ஸ்டேஷனுக்கே வந்து அவர்கள் இல்லத்திற்கு அழைத்துச் செல்வது வழக்கமாக இருந்து வருகிறது. நாங்களும் அப்படியே சென்று சாஸ்திரி ஒருவரின் வீட்டில் தங்கினோம். மறுநாள் காலை திரிவேணி சங்கம் ஸ்னானத்திற்கு ஒரு டோங்காவில் ஏறிக் கிளம்பினோம். கங்கை, யமுனை, சரஸ்வதி ஆகிய மூன்று நதிகளும் சேருவதால் திரிவேணி சங்கமம் என்று கூறப் பட்டாலும் சரஸ்வதி நதியைக் கண்ணால் காண முடியாது என்றும், அந் நதி பூமியின் கீழ்ப்புறமாக வந்து கலக்கிறது என்றும் கேள்விப்பட்டிருந்தோம். சங்கம இடத்துக்குப் படகு மூலம் சுமார் அரை மைல் தூரம் கரையிலிருந்து செல்ல வேண்டும். யமுனை நதியில்தான் படகில் செல்ல வேண்டும். இங்கே பண்டாக்களின் தொல்லை தாங்க முடியவில்லை. எங்கள் கூடவே அந்த ஊர் சாஸ்திரிகளும் வந்ததால் நாங்கள் தப்பித்தோம். இல்லையென்றால் ''திரிவேணி சங்கமம், இந்திரா காந்தியின் மற்றும் அவர்கள் குமாரர்களின் அஸ்திகள் கரைக்கப்பட்ட இடங்கள், மகாலட்சுமி தேவி சந்நதி ஆகிய எல்லாவற்றையும் பார்க்க தலைக்கு ஐம்பது ரூபாய்'' என்று ஏமாற்றுவார்கள் படகோட்டிகள். அந்த அத்தனை இடங்களும் ஒரே இடத்தில்தான் இருக்கின்றன. (வேறொரு படகொன்றில் லட்சுமியின் படம் ஒன்று வைக்கப்பட்டு, அதுதான் லட்சுமி சந்நதியென்றும் அதற்கும் பணம் போட வேண்டுமென்றும் ஒற்றைக் காலில் நிற்பார்கள்).

நாங்கள் மூன்று நதிகளும் ஒன்று சேருமிடத்தை அடைந்தோம். படகிலிருந்து ஸ்னானம் செய்வதற்காக வேண்டி இறங்கினோம். இடுப்பு அளவு ஆழம்தான் நீர் இருக்கிறது. அந்த இடத்திலும் உள்ளூர்ப் பண்டிதர்கள் நின்று கொண்டு நம் சக்திக்குத் தகுந்தபடி தானம் செய்யச் சொல்கிறார்கள். அதிக ஆழம் இல்லாவிட்டாலும் தண்ணீர் வேகமாக ஓடிக் கொண்டிருக்கிறது. யாத்ரிகர்கள் அங்கு சில்லறையைப் போடுகிறார்கள். அவற்றை அந்த ஊர்ப் பையன்கள் மூழ்கி போட்டி போட்டுக் கொண்டு எடுக்கிறார்கள்.

பச்சை வண்ணத்தில் யமுனை நதியும், நீல வண்ணத்தில் கங்கை நதியும் ஒன்றோடொன்று சேருவதைக் கண்கூடாகப் பார்க்க முடிகிறது. வேண்டியதைப் பிரார்த்தித்துக் கொண்டே சங்கமத்தில் ஸ்னானம் செய்யச் சொன்னார் சாஸ்திரிகள். ''உலக மக்கள் அனைவரும் சுபிட்சமாக இருக்க வேண்டும்'' என வேண்டியபடியே மூழ்கி எழுந்தோம். இப்படி ஒரு நல்ல நினைப்பை அங்கு கொடுத்ததே அந்தப் புனித ஆறுகளின் புண்ணியச் சிறப்புதானோ என்னவோ!''

- ஜி. எஸ். எஸ்.



★ மிளகாய் பஜ்ஜி செய்வதற்கு வெள்ளை குடை மிளகாய் எல்லா ஊர்களிலும் கிடைக்காது. நமக்குத் தினமும் கிடைக்கக்கூடிய பச்சை மிளகாயிலேயே பஜ்ஜி செய்யலாமே!

பச்சை மிளகாயை காம்புடன் வைத்துக் கொள்ளவும். (காம்பு இருந்தால் மாவில் தோய்க்க எளிதாக இருக்கும்) கூர்மையான பாகத்தை நெடுக்காக சிறிது நறுக்கி எண்ணெயில் போட்டு உடனே எடுக்கவும். பின் பிளவுபட்ட பாகத்தில் 1 சிட்டிகை உப்பு, 2 அல்லது 3 துளி எலுமிச்சை சாறு (அல்லது புளித் தண்ணீர்) விட்டு, கலந்து வைத்துள்ள கெட்டியான கடலை மாவில் நனைத்து எடுத்து காய வைத்து எண்ணெயில் போட்டு எடுத்தால் சூப்பர் மிளகாய் பஜ்ஜி தயார். காரமும் அதிகமாக இருக்காது.

கடலை மாவுடன் அரிசி மாவுக்குப் பதிலாக இட்லிக்கு அரைத்து வைத்துள்ள மாவில் சிறிதும் கலந்து கொள்ளலாம்.

- லீலா குமரப்பன்.

நூற்றுக்கு நூறு என்றால் என்ன?

பட்டு, பருத்திப் புடைவைகளைப் பற்றிச் சொல்லும் போது 100க்கு 100, 100க்கு 120 என்றெல்லாம் சொல்கிறார்களே, அப்படியென்றால் என்ன? கோ-ஆப்டெக்ஸ் நிறுவனத்தைச் சேர்ந்த எக்ஸிகியூட்டிவ் டைரக்டர் திரு. பால்ராஜ், நெசவாளர் சங்கத்தின் தலைவர் திரு. பி. வெங்கடஸ்வாமி, துணிகளின் தரக் கண்காணிப்பாளர் திரு. செங்கல்வராயன் ஆகியோரைச் சந்தித்துக் கேட்ட போது -

கேள்வி : இன்றைக்குப் பெரும்பாலான பெண்கள் வேலைக்குச் செல்வதால் ரூ 1000, 2000 கொடுத்து ஒரு பட்டுப் புடைவையினை வாங்குவதற்குப் பதில் அப்பணத்தில் நான்கு, ஐந்து உயர்ரக பருத்தி ஆடைகளை வாங்குவதை விரும்புகிறார்கள். இந் நிலையில் பட்டுக்கு ஈடாக பருத்தியின் அழகினையும், பகட்டினையும் எவ்வாறு உயர்த்துகிறீர்கள்?

திரு. பால்ராஜ் : நிறம் என்று எடுத்துக் கொண்டால் முன்பெல்லாம் பட்டுத் துணிகளுக்கு சில பிரத்யேக நிறச் சாயங்கள், பருத்திக்குச் சில நிறங்கள் என்று பாகுபடுத்தி உபயோகிக்கப்பட்டன. நெசவின் தரம் உயர உயர பட்டிற்குப் போடும் இரட்டைச் சாயங்கள், வெளிர் நிறங்கள் இன்று பருத்திப் புடைவையிலும் நெய்யச் செய்கிறோம்.

டிஸைன் என்று எடுத்துக் கொண்டால் பழைய அன்னம் மயில் போன்றவற்றைத் தவிர்த்து மாடர்ன் ரசனைக்கேற்ப பிளெயினாக உடம்பிலும் இடம் அதிகம் விடாமல் கொசு கொசு வென்று சிறிய பூக்கள் இலைகள் பேரட்ட டிஸைன்களைத் தலைப்பிலும் உபயோகிக்கிறோம். இன்றைக்குப் பருத்தி ஓர் இழை, பட்டு ஓர் இழை என்று நெய்யப்படுகிற சேலைகளுக்கு நல்ல வரவேற்பு இருக்கிறது. மேலும் இந்திய சீதோஷ்ணத்திற்கேற்றவாறு உள்ள பருத்திப் புடைவைகளின் கம்பீரமும் அழகும் என்றைக்குமே தனிச் சிறப்பு பெற்றவைதான்.

கேள்வி : 100க்கு 100, 100 க்கு 120, 60 என்று கூறுகிறார்களே, இவ்வகை எண்ணிக்கைகள் எதனைக் குறிக்கின்றன? இவை பட்டிலும், பருத்தியிலும் தரத்தைக் குறிக்கின்றனவா?

பி. வெங்கடஸ்வாமி : 100, 120 எல்லாம் நூலின் முறுக்கைக் குறிக்கின்றது. ஆனால் எண்ணிக்கை குறையக் குறைய பட்டின் தரம் உயர்ந்ததாகவும் அதுவே பருத்தியில்(60, 40 என்றால்) தரம் மட்டமானதாக





வும் இருக்கும். நேர்க் கோடுகளாக நெய்வதை ஓடை என்றும், அகலவாக்கில் நெய்வதை பாவு என்றும் சொல்வோம். பாவில் 100 நெ. துணியில் ஓடையில் 60 நெ. துணியினை நெய்தால் பருத்தி ரகம் தடிமனாகவும், அதுவே 100க்கு 100 அல்லது 120 என்றால் ரகம் மென்மையானதாகவும், தரமாகவும் இருக்கும். மென்மையான தரம் மிக்க பருத்தியில் சாயம் சீராகப் பரவுவதுடன் நிறமும் நன்கு பிடிக்கும்.

கேள்வி : நாகரீகத் தேவைக்கேற்ப பெண்களின் கண்களைக் கவரும் வகையில் புதிய புதிய டிஸைன்களை நீங்கள் உருவாக்குகிறீர்கள். இருந்தும் சில சமயம் விளம்பரத்தில் வருகின்ற சேலைகள் கடைகளில் கிடைப்பதில்லையே ஏன்?

திரு. வெங்கடஸ்வாமி : நாங்கள் தயாரித்து வழங்கும் புத மோஸ்தர் புடைவைகளுக்கு மக்களின் வரவேற்பு எப்படி இருக்கிறது என்பதை அறிய முதலில் (ஒரு பாவுக்கு 3 புடவை என்பதால்) மூன்று அல்லது ஆறு புடைவைகளை விளம்பரத்திற்குப் பயன்படுத்துவோம். ரெஸ்பான்ஸ் அதிகம் இருந்தால் மட்டுமே மீண்டும் அவ்வகைத் துணிகளைத் தயாரிப்பதில் ஈடுபடுவோம். ஒரு தடவை மலைஜாதிப் பெண்கள் அணிந்திருந்த உடையிலிருந்து எடுக்கப்பட்ட டிஸைன் கொண்டு தயாரிக்கப்பட்ட புடைவைகள் கடந்த ஆண்டு டில்லியில் ஒரே நாளில் 1½ லட்சம் ரூபாய்க்கு விற்பனையானது. இதற்கு நேர்மாறாக நடந்த அனுபவமும் உண்டு.

கேள்வி : எவ்வளவு விலையுயர்ந்த ரகத்தில் வாங்கினாலும் கருப்புத் துணிகள் மட்டும் நிறம் மங்கி விடுகின்றனவே, ஏன்?

திரு. பால்ராஜ் : உண்மைதான். இதில் இரண்டு வகைகள் உள்ளன. ஒன்று சல்பர் கருப்பு மற்றொன்று வாட் கருப்பு. முதல் வகை மிகுந்த பொருட் செலவில் தயாராவது. 60 ரூபாய் கொடுத்து ஒரு ரவிக்கைத் துண்டு வாங்குவதைக் காட்டிலும் 30 ரூபாய்க்கு இரண்டு வாங்கி இருமுறை பயன்படுத்தலாம் என்று எண்ணுபவர்கள்தான் அதிகம்.

தொகுப்பு : கீதாஜி

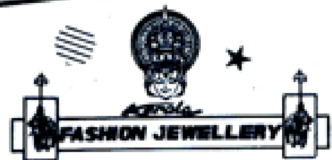


பொன் ஒளி வீசிடும் தீப ஒளி வாழ்த்துக்கள்!

பாரம்பரிய மிக்க கலை அழகுடன் கூடிய தங்க நகைகள். எந்நாளும் மதிப்புக் குறையாத பொக்கிஷங்கள்.

உங்களின் அழகிற்கு மேலும் அழகூட்ட வார்த்தைகளால் விவரிக்க முடியாத கலை அழகுடன் கூடிய எழில் கூட்டும் தங்க நகைகளை வாங்கிடுவீர்.

கேரளா ஃபேஷன் ஜீவல்லரி நகைகள் தருவது உங்கள் வாழ்வில் என்றும் திருநாள்!



கேரளா பேஷன் ஜுவல்லரி

லஸ் கார்னர், மைலாப்பூர், சென்னை - 600 004.

T/KFJ 2006

அழகு மிளிரும் அடர்த்தியான கூந்தலுக்கு

நம்பகமான ஒரே கூந்தல் தைலம்





குணா
கூந்தல் தைலம்

தலைமயிர் உதிர்தல், செம்பட்டை நிறம், பருவத்திற்கு முன் ஏற்படும் பித்த நரைகள் மாறும். தினசரி கூந்தலுக்குத் தடவி வந்தால் தலைமயிர் நீண்டு கருத்து அடர்த்தியாய் வளரும். தலை அரிப்பு, பொடுகு, மண்டையில் சொரிந்தால் செதில் உரிதல் குணமாகும். பெண்கள், ஆண்கள் அனைவரும் விரும்பி உபயோகிக்கின்றனர்.

1 பாட்டில் விலை ரூ. 17.50 V. P. P. உண்டு. தபால் செலவு தனி.

நவசக்தி வைத்தியசாலை

தபால்பெட்டி எண். 7, சேலம் - 636 001

எல்லா மருந்து மற்றும் ஜெனரல் ஸ்டோர்களிலும் கிடைக்கிறது.

ஒரு மெஷினோடு ஆரம்பித்து....



''ஐம்பது ஆண்டுகளுக்கு முன் ஒரு தையல் மிஷினோடு என்னுடைய மாமனார் எம்.ஜி. நாயுடு ஆரம்பித்த நாயுடு ஹால் இன்று இவ்வளவு பெரியதாக வளர்ந்திருக்கிறது என்றால் அதற்கு அவருடைய சலியாத உழைப்பும், புதிய சிந்தனையும் தான் காரணம் என்கிறார் நாயுடு ஹால் உரிமையாளர்களில் ஒருவரான சுசிலா.

நாயுடு ஹால் என்றால் உள்ளாடை தயாரிக்கும் இடம்' என்ற பெயர் போய், இன்று நாகரீக ரெடிமேட் ஆடைகளின் சங்கமமாகத் திகழுகிறது. பெண்களின் ரசனை, கலையுணர்வு அனைத்தையும் கணித்து ஆடைகளைத் தயார் செய்யச் சொல்கிறார் இவர்.

வேலூரில் பிறந்து வளர்ந்து கல்லூரியில் படித்த போது எம். ஜி. நாயுடுவின் மகன் ராமனைத் திருமணம் செய்து கொண்டார். ஏற்கெனவே தையல் தெரியும் என்றாலும் புகுந்த வீட்டு ரெடிமேட் வியாபாரம் இவரைக் கவர்ந்தது.

புதிய புதிய டிசைன்களைக் கணிக்க நிறைய வெளிநாட்டுப் புத்தகங்களைப் பார்ப்பதுடன், கல்லூரி மாணவிகளையும் நோட்டம் விடுவாராம்.

''இந்தக் காலத்து மாணவிகளுக்குத்தான் என்ன 'டிரெஸ் ஸென்ஸ்' இருக்கிறது! முன்பெல்லாம் வருடத்திற்கு ஒரு புடைவை, இரண்டு புடைவை வாங்குவதே பெரிய விஷயம். இப்போது அப்படியில்லை. பெண்களும் பல்வேறு இடங்களுக்குப் போக வேண்டியிருப்பதால் நிறைய ஆடைகள் தேவையாகத்தான் இருக்கிறது. வயதானவர்கள் கூட 'பளிச்'சென்று இருக்கத்தான் விரும்புகிறார்கள். இதனால் அவர்களுக்கும் ஒரு தன்னம்பிக்கை ஏற்படுகிறது'' என்கிறார்.

பெண்கள் உடைகள் முழுவதும் இவரே பார்த்துக் கொள்கிறாராம். பண்டிகை போன்ற நாட்களில் வாடிக்கையாளர்களிடம் ஏதேனும் பிரச்னை என வரும் போது இவரே மென்மையாகக் கையாளுகிறார்.

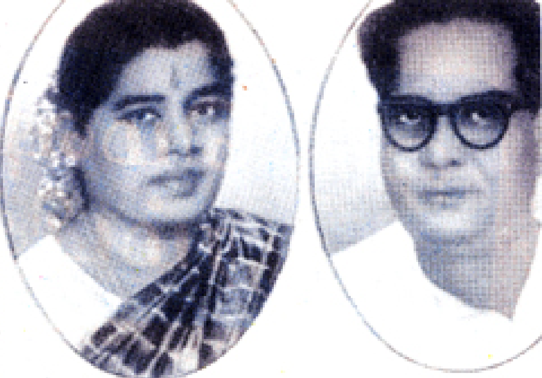
''ஒரு தடவை கல்யாண நாளுக்காகப் புடைவை ஒன்றை ஃபால்ஸ் தைக்க ஒரு பெண்மணி கொடுத்திருந்தார். குறிப்பிட்ட அந்த டெய்லர் லீவு எடுத்து விட்டார். நாங்கள் நெருக்கடியை உணர்ந்து உடனடியாக ஆக்‌ஷன் எடுப்பதற்குள் கத்தித் தீர்த்து விட்டார் அவர். அதே போல தீபாவளி சமயத்தில் கூட்டம் மிக அதிகமாக இருக்கும். சைஸ் மாற்ற வேண்டும், கலர் மாற்ற வேண்டும் என வருவார்கள். அத்தனைக்கும் பொறுமையாகவே இருக்க வேண்டும். என்னுடைய கணவர் திரு. இராமனும் இந்தத் துறையில் என்னை மிகவும் ஊக்குவிக்கிறார்.''

எனப் புன்னகைக்கிறார் சுசிலா.

இரண்டு குழந்தைகளின் தாயான இவர், வீட்டையும், வியாபாரத்தையும் எப்படிச் சமாளிக்கிறார்?

''குழந்தைகள் வீட்டில் இருக்கும் போது அவர்களோடு நான் இருக்க வேண்டும் என்றுதான் விரும்புவார்கள். எனவே அந்தச் சமயத்தில் வீட்டில் இருந்தே அத்தனையும் சொல்லி விடுவேன். மற்ற நேரங்களில் தொழிற்சாலை, கடை இவற்றைப் பார்த்துக் கொள்வேன். குழந்தைகளின் மன உணர்வையும் பார்க்க வேண்டியிருக்கிறதே!''

சுசிலாவிற்குச் சமூக சேவையில் மிகுந்த ஆர்வம். ஊனமுற்றோர் பள்ளிகளுக்கும், சீர்திருத்தப் பள்ளிகளுக்கும் போய் தன்னால் இயன்ற உதவிகளைச் செய்கிறார்.



நாயுடு ஹால் நிறுவனர்கள்

''குற்றம் சாட்டப்பட்டு தண்டனை அனுபவித்து வரும் அந்தப் பையன்களைப் பார்க்கும் போது ரொம்பவும் வருத்தமாக இருக்கும். சந்தர்ப்பச் சூழ்நிலையில் தவறு செய்து விட்டு இங்கே வந்திருக்கும் அவர்கள் பரிதாபத்திற்குரியவர்களாகத் தான் எனக்குத் தோன்றுகிறது'' என்கிறார்.

தோற்றத்தில் எளிய குடும்பத் தலைவி போல இருந்தாலும், மெல்லிய குரலில் பேசினாலும் இவருள் எத்தனை திறமைகளும், சேவை மனப்பான்மையும் இருக்கிறது என்று ஆச்சர்யமாக இருக்கிறது.

- பவித்ரா

ஓடு, ஓடு!

தினமும் மாம்பலம் ரயில்வே ஸ்டேஷனில் என் கவனத்தை ஈர்த்தது ஒரு காட்சி.

இரட்டை நாடியான ஒரு நடுத்தர வயது பெண்மணி ஒன்பது மணி வண்டியைப் பிடிக்க ஓடி வருவார். அவர் தெருவில் வேகமாக ஓடி வந்து தடதடவென்று மேம்பாலத்தில் ஏறி இறங்கி வண்டியை நெருங்குவதற்குள் வண்டி கிளம்பி விடும். அவர் அடுத்த வண்டியைத்தான் பிடிக்க முடியும். இது தினசரி நிகழ்ச்சியாயிற்று.



ஒருநாள் ரங்கநாதன் தெருவில் அவரைப் பார்த்தேன். என்னை அறிமுகப் படுத்திக் கொண்டு, ''ஏங்க, ஒரு நிமிடம் முன்னாடி வந்தால் ஒன்பது மணி வண்டியைப் பிடித்து விடலாமே; தினமும் ஆபீஸுக்கு லேட்டாக போகிறீர்களே, பாவம்!'' என்றேன். அவரோ, ''ஆபீஸுக்கு லேட்டாகப் போகிறேனா? 9.10 வண்டியைப் பிடித்தால் கூட ஆபீஸுக்கு டயத்தில் போய் விடுவேன்'' என்றார்.

''பிறகு ஏன் ஒன்பது மணி வண்டியைப் பிடிக்க அப்படி ஓடி வருகிறீர்கள்?''

அவர் கூச்சத்துடன் சொன்னார் :

''தினமும் நான் கொஞ்ச தூரமாவது ஓடினால்தான் உடம்பு மேலும் பெருக்காமலிருக்கும் என்று டாக்டர் கூறுகிறார். நான் சாதாரணமாக தெருவில் ஓடினால் எல்லோரும் கேலி செய்வார்கள். டிரெயின் பிடிக்க வரும் சாக்கில் ஓடினால் அது இயல்பாக அமைந்து விடுவதால் யாரும் பரிதாபப்பட்டு பார்ப்பார்களே தவிர இண்டல் செய்ய மாட்டார்கள். ஸோ... ஓடி வருவதுதான் என் நோக்கமே தவிர, ஒன்பது மணி ரயிலைப் பிடிப்பது அல்ல!'' ஒரு சஸ்பென்ஸ் விடுபட்ட சந்தோஷம்.

- மாலதி ரகோத்தமன்.

உங்கள்
சமையல் பழக்கத்தை
அடியோடு மாற்றும்
நேரம் வந்து விட்டது.


இன்னும் எத்தனை நாள் தான் சமையலறையில் சோர்வு? பெயரோ பிரஷர் குக்கர், சமையல் ஆகும் நேரமோ மிகுதி. செலவாகும் எரிபொருளோ நிறைய. முடிவிலோ கரிய அடிப்பாகம். அதிகமாக வெந்த உணவு. வேண்டாம் இத்தொல்லை இனி எப்போதும்.

சீதா காப்பர் ப்ளஸ் ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் பிரஷர் குக்கர். இல்லத்தரசிகளுக்கு அளிக்குமே அதி இன்பம். மறைந்திடுமே சமையல் துன்பம்.

வெப்பமோ சீராகப் பரவும். உணவோ சில நொடியில் தயாராகும். எரிபொருளோ சிக்கனம். உணவோ கரியாது. சுவையோ மிகுதி. வேறென்ன வேண்டும்.

காப்பர் ப்ளஸ் கொண்ட அடிப்பாகம் அமைந்த 'சீதா' உங்கள் வாழ்வையே அடியோடு மாற்றும் இன்றே வாங்குங்கள் உங்கள் மனம் கவரும் 'சீதா'வை.

சீரான சமையல்!
சுவையான சமையல்.

சீதா
காப்பர் ப்ளஸ்
ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் பிரஷர் குக்கர்.



சீதா ஹோம் அப்ளையன்சஸ்
124-A, L. B. ரோடு, அடையார்,
சென்னை - 600 020.
போன் : 418876, 414391.

Raj Associates

தீபாவளி நல்வாழ்த்துக்கள்



CRISIL RATED
COMPANY "FA+"





அண்ணாமலை பைனான்ஸ் லிமிடெட்

பதிவு அலுவலகம்: 252, மேட்டுப்பாளையம் ரோடு, கோயமுத்தூர்-641 043.
போன்: 42224 தந்தி: "ராஜ்தூத்" டெலக்ஸ்: 0855-586

• புது டெல்லி போன்: 5752417, 5752531 • பம்பாய் போன்: 243602 • பெங்களூர்: போன்: 227365
• எர்ணாகுளம்: போன்: 360425 • பாண்டிச்சேரி: போன்: 28507 • புனே: போன்: 28699 •
சென்னை: அண்ணாநகர்: போன்: 613447 பூந்தமல்லி ஹைரோடு: போன்: 561858
அண்ணாசாலை போன்: 865228, 861228, 862430 தி.நகர்: போன்: 440248 மைலாப்பூர்: போன்: 71993
• கோயமுத்தூர்: போன்: 37797 • ஈரோடு: போன்: 79800 • காரைக்குடி: போன்: 3029
• கள்ளக்குறிச்சி: 396 • கோபி செட்டிபாளையம்: போன்: 2924 • பொள்ளாச்சி: போன்: 4595
• மதுரை: போன்: 24430 • சேலம்: போன்: 68899, 68896 • சத்தியமங்கலம்: போன்: 420
• திருநெல்வேலி: போன்: 25144, 26307 • திருச்சி: போன்: 40222 • வேலூர்: போன்: 26371.



உங்கள் முன்னேற்றமே எங்கள் நோக்கம்.

காய்கறிக் கலை

"இராமநாதபுர மாவட்டத்தில் பிறந்த நான், சினிமாக்களில் எம். ஜி. ஆர். ஒரே ஆளாக பத்து பேரை ஜெயிப்பதைப் பார்த்து ஆச்சர்யபடுவேன். அப்பேர்ப் பட்டவர் எப்படிப்பட்டவராக இருப்பார் என நேரில் பார்ப்பதற்காக சென்னைக்கு ஓடி வந்தேன். அப்புறம்தான் வியாபாரி ஆனேன்...". என்கிறார் சென்னை அடையாறில் புகழ்பெற்ற காய்கறி கடை வைத்திருக்கும் கணேசன்.

இன்றும் எழுதப் படிக்கத் தெரியாத இவர் பெரும் வியாபாரி. ஆயிரக்கணக்கில் பணம் புரட்டுபவர். இவ்வளவு தூரம் உயர்ந்ததற்குக் காரணம் உழைப்பு, உழைப்பு, உழைப்புதான்.

"ஆரம்ப நாட்களில் என் உறவினன் ஒருத்தனோடு சேர்ந்து சின்னதாக வெற்றிலை, பாக்குக் கடை வைத்தேன். பிறகு சின்ன காய்கறிக் கடை. ஒரு தடவை கேடரிங் டெக்னாலஜி முதல்வர் இந்தர் பக்ரி அவருடைய கல்லூரிக்குக் காய்கறி சப்ளை பண்ணச் சொன்னார். இப்படி காய்கறி டெண்டர் எடுக்க ஆரம்பிக்கவும்தான் என் வியாபாரம் பெருகியது. இன்று இங்கிலீஷ் எலக்ட்ரிக்கல்ஸ், சுந்தரம் க்ளேட்டன், கிராம்ப்டன் எனப் பல பெரிய கம்பெனிகளுக்கும் காய்கறிகளை சப்ளை செய்கிறேன்."

ஒருநாளைக்கு நாலாயிரம் கிலோ காய்கறிகளை இவர் வாங்குகிறாராம். இவருடைய கடையில் ஒரு சிறப்பு அம்சம் அவரவர்களே சென்று காய்கறிகளைப் பார்த்துப் பொறுக்கி வாங்கிக் கொள்ளலாம்.

"ஏய்... தொடாதே... வாங்க வந்துடுச்சு..."

என்ற திட்டு சமாசாரமே கிடையாது. எவ்வளவு நேரம் வேண்டுமானாலும் நின்று பார்த்துப் பார்த்து வாங்கலாம். ஏன் அப்படி?

"காய்கறி என்றாலே நாமே பார்த்துப் பொறுக்கி வாங்கினால்தான் அது சரியாக இருக்கும். மனசுக்கு திருப்தி. கண்ணால் பார்த்தோ, மொத்தமாக எடை போட்டோ வாங்க முடியாது. இந்த வியாபாரத்தில் பல ஆண்டுகளாக நான் இருப்பதால் கிடைத்த அனுபவம் இது. அதனால்தான் அவரவர்களே பார்த்து எடுத்துக் கொள்ளச் சொல்லி விடுகிறேன்" என்கிறார்.

இவருடைய காய்கறி கடைக்கு வாரம் இரண்டு நாட்கள் ஊட்டி, கொடைக்கானலில் இருந்து காய் கறிகள் வருகின்றன. செல்லரி, லீக்ஸ், லேட்டொஸ், பாஸ்லி, கேரட், பீட் ரூட் போன்றவை. இப்பொழுது 'சாலட்' செய்யும் வழக்கம் அதிகமாகி விட்டது. பலரும் இக் காய்கறிகளைக் கேட்பதால் வாங்கி வைக்கிறாராம்.

"உங்கள் மனைவி உங்கள் வியாபாரத்திற்கு எவ்வளவு துணை செய்கிறார்கள்..."

"அவள் எதுவுமே செய்வதில்லை. அதுதான் உதவி. குடும்பத்தை முழுமையாகப் பார்த்துக் கொள்கிறாள். எனக்கு அந்தக் கவலையை வைப்பதில்லை. அது போதுமே!"





பட்டி காய்கறிகள்

காய்கறிகளைப் பார்த்து வாங்க இவர் தரும் சில டிப்ஸ் :-

முள்ளங்கி - பார்த்தாலே இது இளசு எனச் சொல்லி விடலாம். மெல்லிசாக வாங்குவது நல்லது. கிள்ளினால் தெரிந்து விடும்.

கோவைக்காய் - சின்னச் சின்னதாக மெல்லிசாக இருக்க வேண்டும்.

பாகற்காய் - கரும்பச்சை உதவாது. இளம் பச்சையோடு மேலே நிறைய முள்ளோடு மெல்லிசாக இருந்தால் இளசு.

சௌசௌ - இதில் முள் இருக்கக் கூடாது. 'இளசு' எனக் கையில் எடுத்தாலே தெரியும்.

கோஸ் - தூக்கிக் கையில் பந்து போல உருட்டுங்கள். கனமாக இருந்தால் நல்ல கெட்டி கோஸ். உள்ளே புழு இருக்காது.

கத்திரிக்காய் - காம்பில் முள், அமுக்கினால் 'மெத்'... இது இளசு.

நூல்கோல் - 'ஃப்ரெஷ்'ஷாக இருந்தால் தான் வாங்க வேண்டும். உள்ளே நீர் வற்றி விட்டால் மூத்துப் போய் விடும்.

வெண்டைக்காய் - எல்லோருக்குமே தெரியும். காம்பு ஒடிந்தால் இளசு. வெள்ளை வெண்டைக்காய் சுவையாக இருக்காது.

சுரைக்காய் - நகம் வைத்து அழுத்தினால் இறங்க வேண்டும். அப்போதுதான் முத்தல் இல்லை என அர்த்தம்.

வாழைத்தண்டு - அடித்தண்டு, மேல் தண்டு இல்லாமல் நடுவிலுள்ள தண்டே நன்றாக இருக்கும்.

பீர்க்கங்காய் - முள் இருக்க வேண்டும். உடைத்துத் தின்று பார்க்க வேண்டும். கசப்புத் தட்டினால் வேண்டாம்.

வெள்ளரிக்காய் - இதையும் சாப்பிட்டுப் பார்த்து வாங்குவது நல்லது. கசப்புச் சுவை சிலதில் இருக்கும்.

ஊட்டிப் பட்டாணி - இனிப்பாக இருக்கும். தோலோடு வாங்குவது நல்லது. சின்னதாக இருந்தால் பெங்களூர் பட்டாணி. டில்லி பட்டாணி சுமாராக இருக்கும்.

தக்காளி - திண்டுக்கல் தக்காளிதான் சுவையாக இருக்கும். இது புளிப்புடன் கொளகொளவென இருக்கும். ஆனால் பெங்களூர்த் தக்காளி பார்க்கக் கவர்ச்சியாகவும், கெட்டியாகவும் இருப்பதால் அதையே எல்லோரும் விரும்புகிறார்கள். தக்காளியின் உண்மைச் சுவை சிறிய திண்டுக்கல் தக்காளியில்தான் உண்டு.

இப்படி நிறைய அடுக்கிக் கொண்டே போகிறார்.

''அது சரி, அப்புறம் எம். ஜி. ஆரைப் பார்த்தீங்களா?'' எனக் கேட்டோம்.

கணேசன் சிரித்தார்.

''மெட்ராஸுக்கு வந்த பிறகு உலகம் புரிய ஆரம்பிச்சுது. இது நடிப்பு, இது ஒரு தொழில் என்பதெல்லாம் புரிந்து கொண்டேன். நம் கைதான் நமக்குதவி என நான் தான் உழைக்க ஆரம்பித்து விட்டேன்!''

- கோம்ஸ்

புகைப்படங்கள் : ஓம். சுப்ரமணியன்







வாருங்கள், மாதருக்கு மாதர் என்ற முறையில் என்னுடைய ரகசியத்தைப் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள். சுரண்டுவதை நிறுத்துங்கள். எரிந்து போவதை நிறுத்துங்கள். மேலும், பருமனை மற்றும் கொலெஸ்ட்ராலை விரும்பி அழைத்திடும் எண்ணெய்யினை ஊற்ற வேண்டாம். என்னைப் போல், சுவையிக்க மற்றும் மொறு மொறு வென்ற நிர்லெப் தோசைகளை தவ்வாவிலிருந்து எளிதாக எடுங்கள். நிர்லெப் அளித்திடும் வசதியினை நீங்களாகவே அனுபவியுங்கள்.

நிர்லெப் உபயோகிப்பதின் மூலம், அதே எடையுள்ள வெண்ணெய்க்கு அதிக நெய் கிடைப்பதை நீங்களே கண்டு கொள்வீர்கள் — தொல்லை கொடுக்கும் எந்த வித பிசுக்கும் தவ்வாவில் ஒட்டிக் கொள்ளாது.

மேலும் என்ன, நிர்லெப் உபயோகிப்பதினால், உங்களுடைய தினசரி சமையலும் மிக எளிதாவதைக் காண்பீர்கள். அத்தியாவசியமான ஊட்டச் சத்துக்களை நிலைக்கச் செய்வதாலும் (ஏனெனில் உணவுப் பொருட்கள் எரிந்து போவதில்லை) மற்றும் கடைசியில் சுத்தப் படுத்துவது எளிதாக அமைவதாலும், இது ஒரு உண்மையான சமையலறைத் தோழன் — 20 வருடத்திற்கு மேலாக பொறுப்புடன் உங்களுடன் ஊழியம் செய்து கொண்டிருப்பவளாவாள்.

அதனால் தான் என்னுடைய குடும்பம் ஒரு நிர்லெப் குடும்பம்.
உங்களுடையதோ ?
இல்லையென்றால், இதைப்பற்றி சிந்திக்கவும் மிகத்தீவிரமாக.



NIRLEP

ஒரு வசதியான படைப்பு

டிஸ்ட்ரிபியூட்டர்கள்: பாஃப்னா மார்க்கெட்டிங், சென்னை. தொ. பேசி: 588394 ஏ.ஜீ.ஈ. (எர்ணாகுளம்), கொச்சி, தொ. பேசி: 354785 மஹாவீர் டிரேட் லிங்க்ஸ், ஹைதராபாத், தொ. பேசி: 231198, 231747 மஹாவீர் டிஸ்ட்ரிபியூட்டர்ஸ், பெங்களூர், தொ. பேசி: 602652 ஆர்யன் டிரேடர்ஸ், பம்பாய், தொ. பேசி: 4141176, 4141430.

மௌனம் சர்வார்த்த சாதகம்

சமீபத்தில் என் நண்பருடன் பேசிக் கொண்டிருந்தேன். அவர் தனது மனைவியுடன் சண்டையே போட்டதில்லை என்று சொன்ன போது ஆச்சரியமாக இருந்தது. ஆவலாயுமிருந்தது. அவருடைய வீட்டில் அத்தகைய ஓர் அரிய சமாதானச் சூழ்நிலை நிலவுவதற்கு என்ன காரணம் என்று கேட்டேன். அனுபவத்தின் அடிப்படையில் தாங்கள் உருவாக்கிக் கொண்ட ஒரு யுக்தி தான் காரணமென்று அவர் சொன்னார்.

அந்தக் கணவரும், மனைவியும் எல்லா விஷயங்களிலும், ஒத்துப் போய் விடுகிறார்கள் என்று அர்த்தமில்லை. அவர்களுக்கிடையில் கருத்து வேற்றுமைகள் அடிதடி அளவுக்கோ, விவாக முறிவு அளவுக்கோ பயங்கரமாக வளரவிடப் படுவதில்லை. ஒருவர் செய்த காரியம் சரியா, தவறா என்று இருவரும் சூடாக விவாதித்துக் கொள்வதில்லை. ஒருவருக்கொருவர் மனம் விட்டு, வெளிப்படையாகப் பேசிக் கருத்து வேற்றுமைகளைத் தீர்த்துக் கொள்ள வேண்டும் என்று உளவியலார் கூறுவது வழக்கம்.

ஆனால் எனது நண்பர் அதற்கு முற்றிலும் மாறான ஒரு வழியைக் கண்டு பிடித்திருக்கிறார். மனைவி சிற ஆயத்தமாயிருக்கிறாள் என்று தெரிந்ததும் ஒரு புத்தகத்தை எடுத்துக் கொண்டு விடுவார். அதே போல மனைவியும் கணவர் கடுகடுப்பாக வருகிறாரென்றால் சமையலறைக்குள் புகுந்து தாழிட்டுக் கொண்டு விடுவார். ஒரு மணி நேரம் கழித்து வெப்பநிலை குறைந்ததும் நிலைமை சரியாகிவிடும்.

இருவரும் ஒருவருக்கொருவர் பேசிக் கொள்ளாமல் உம்மணா மூஞ்சிகளாகக் காலம் கடத்துகிறார்கள் என்று எண்ணிவிட வேண்டாம். வீட்டில் அமைதியையும் சமாதானத்தையும் நிலை நாட்ட அவர்கள் கடைப்பிடிக்கிற ஒரு புதுவித யுக்திதான் இது. ஆரம்ப காலத்தில் அவர்கள் தீவிரமாகச் சண்டை போட்டுக் கொண்டதுண்டு. நீண்ட வாதப் பிரதிவாதங்களில் பல மணி நேரங்களைச் செலவழித்ததுண்டு.

''நீ மட்டும் ஒழுங்கா? நீ என்ன உசத்தி? உன்னைத் தெரியாதா? நீ அன்றைக்கு அப்படிச் சொன்னாயே, நீ போன வாரம் அப்படிச் செய்தாயே, உங்க அண்ணன் அப்படிப் பேசினானே, உங்க தம்பி இப்படிச் செய்தானே'' என்று பேச்சு வளர்ந்து கொண்டே போகும். பரஸ்பரம் குற்றச்சாட்டுகளும் கண்டனங்களும் பரிமாறிக் கொள்ளப்படும். ஆனால் கடைசியில் யாருக்கும் வெற்றி தோல்வியின்றி விவாதம் நிற்கும். மனசு கஷ்டப்பட்டதைத் தவிர வேறு பலன் கிடையாது. ''உன்னோடு குடித்தனம் நடத்த முடியாது; நான் போகிறேன்'' என்று விலகிப் போவது மேலை நாட்டுப் பழக்கம். நம்ப ஊரில் நல்ல வேளையாக அந்த நாகரிகம் அதிகமாகப் பரவவில்லை.

நமது தினசரி வாழ்க்கையில் கோபம், துக்கம் போன்ற அழுத்தங்களைத் தணிக்க எவ்வளவோ விஷயங்கள் இருக்கின்றன. அவை செயல்படக் கொஞ்சம் அவகாசம் கொடுக்க வேண்டும். அவ்வளவுதான். கணவன், மனைவியிடையில் பல பொதுவான அக்கறைகளும் உள்ளன. கணவனுக்குக் கோபம் வந்தால் அவர் உடனே தனது அறைக்குப் போய் ஏதாவது புத்தகத்தைப் படிக்கத் தொடங்கி விடுவார். அல்லது ரேடியோ கேட்பார் அல்லது டி. வி. பார்ப்பார். மனைவி தனக்குப் பிடித்தமான ஏதாவது வேலையொன்றை பண்ணத் தொடங்கி விடுவாள். அரை மணி நேரம் கழித்து இருவரும் நல்ல மனநிலையுடன்

வந்து சேர்ந்து உட்கார்ந்து கொண்டு டிபன் சாப்பிடுவார்கள்.

கேட்கிற கேள்விகளுக்கெல்லாம் சரியான விடை கிடைத்துத்தான் ஆக வேண்டுமென்கிற கட்டாயம் இல்லை. எல்லாப் பிரச்னைகளுக்கும் ஒரு தீர்வு உண்டு என்பதும் உண்மையில்லை. நூற்றுக்கு நூறு நாணயமாக, யோக்கியமாக, நேர்மையாக இருப்பது எப்போதுமே நன்மை செய்யும் என்று சொல்ல முடியாது. எந்த ஒரு பிரச்னையும், கருத்து வேறுபாடும் குடும்பத்தின் ஒட்டுமொத்தமான நலனை விட அதிமுக்கியத்துவம் வாய்ந்தது அல்ல. யார் செய்தது அல்லது சொன்னது சரி என்பதை நிரூபித்தே ஆக வேண்டும் என்பது கட்டாயமில்லை. கணவனும் மனைவியும் சந்தோஷமாக இருக்க வேண்டுமென்பது அதைவிட முக்கியம். அதுமட்டும்தான் முக்கியம்.

அந்த நண்பர் அல்லது அவருடைய மனைவி கோழைகளோ, பிரச்னைகளை எதிர்நோக்கக் கூடிய திட சித்தமில்லாதவர்களோ அல்ல. வாழ்க்கையில் வெளிப்படையாக, ஒளிவு மறைவின்றித் தத்தம் கருத்துகளை வெளியிட்டால்தான் வெற்றி கிடைக்கும் என்று நம்புகிற நிபுணர்கள் இல்லாமலில்லை. பரஸ்பரக் கருத்துப் பரிமாற்றம் என்று ஒரு கலைச்சொல்லையும் அவர்கள் உருவாக்கி வைத்திருக்கிறார்கள். அவர்கள் சரியான சிந்தனைத் திறனுள்ள நேர்மையான அறிவாளிகள்தான். ஆனால் எந்த ஒரு விதியும் எல்லா இடங்களிலும், எல்லா நேரங்களிலும், எல்லாச் சூழ்நிலைகளிலும் பொருத்தமாக இருக்கும் என்று சொல்ல முடியாதே.

அரசியல் கூட்டங்கள், வர்த்தக ஆலோசனைக் குழுக்கள், மருத்துவர்கள், வழக்கறிஞர்கள், கூட்டங்கள் ஆகியவற்றில் அதிகமான பேச்சும், வெளிப்படையான கருத்துப் பரிமாற்றமும் பலன் தருமென்பது உண்மையே. இன்ஷ்யூரன்ஸ் ஏஜெண்டுகளும், மருந்து விற்பனைப் பிரதிகளும் பேச்சில் சூரர் களாயிருந்தேயாக வேண்டும். இல்லாவிட்டால் வியாபாரம் நடக்காது. சட்டசபைகளிலும், பொது மேடைகளிலும் பல மணி நேரத்துக்குப் பேசக் கூடியவர்களாயிருக்கிற அரசியல்வாதிகளுக்குத்தான் அடுத்த தேர்தலில் வெற்றி கிடைக்கும்.

ஆனால் பெரும்பாலான குடும்பங்களில் அதிகப் பேச்சு ஆபத்தைத்தான் உண்டாக்குகிறது. பேசப் பேசத் தகராறு முற்றிக் கொண்டே போகிறது. மனக்கசப்பும் விரோதமும் தணிவதற்குப் பதிலாகக் கொழுந்து விடுகின்றன. இதற்குக் காரணம் கருத்துப் பரிமாற்றம் என்ற பெயரில் சொல்லம்புகள் ஏவப்படுவதுதான். சிலர் தேன் தடவிய சொல்லம்புகளை வீசுவதில் மிகவும் கெட்டிக்காரர்களாயிருக்கிறார்கள். அவர்கள் ஏதோ நமது நன்மைக்காகவே பேசுவதைப் போல இருக்கும். மிகவும் நாகரிகமாகவும், சினேகிதமாகவும், இங்கிதத்துடனும் பேசுவதைப் போல முகத்தை வைத்துக் கொண்டு "தனு" வேலையைச் செய்து விடுவார்கள். மிகவும் விஷமயமான பேச்சு வகைகள் பின்வருமாறு இருக்கும்.

"நான் உன்னிடம் ஒளிவு மறைவாகப் பேச மாட்டேன்" என்று சிலர் ஆரம்பிப்பார்கள். நான் உண்மையைத்தான் சொல்லப் போகிறேன் என்று அதற்கு அர்த்தம் போலத் தோன்றும். நான் உன்னைவிட மேம்பட்டவன் என்ற தொனியும் அதிலிருக்கும். ஆனால் அவர்கள் சொல்லப் போகிற "உண்மை" எப்போதும் கடுவ தாகவே இருக்கும் என்பதுதான் விசித்திரம். அவர்களுடைய "நேர்மையான" கருத்து, "மகிழ்ச்சியூட்டும்." கருத்தாகவே இருப்ப



இல்லை. அவர்களுடைய உண்மையான எண்ணம் நமது உள்ளத்தைப் புண்படுத்துவதுதான்.

வேறு சிலர், ''நான் சொல்வதைத் தப்பாக எடுத்துக் கொள்ளக் கூடாது'' என்று ஆரம்பிப்பார்கள். நீ தப்பாகத்தான் எடுத்துக் கொள்ளப் போகிறாய் என்பது அதிலே தொக்கி நிற்கும். ''நீ செய்தது தப்பு. நான் சொல்கிறதைத் தப்பாக எடுத்துக் கொண்டு நிலைமையை மேலும் கெடுத்துக் கொள்ளாதே'' என்கிற எச்சரிக்கையும் அதில் உண்டு.

''என்னிடமும் குறைகள் இருக்கின்றன,'' என்று சிலர் ஆரம்பிப்பார்கள். ''உன் குறைகள் மகத்தானவை, அவற்றுடன் ஒப்பிடுகையில் என்னுடைய குறைகள் அற்பமானவை'' என்கிற கருத்து அதில் தொக்கி நிற்கும். தன்னை லேசாகத் தாழ்த்திப் பேசிக் கொள்வதன் மூலம், எதிராளியின் எதிர்த் தாக்குதலை மழுங்க வைக்கிற யுக்தி இது.

இதுபோன்ற வார்த்தை ஜாலங்களைப் பார்க்கும் போது மௌனம்தான் சிறந்த மருந்து என்று தெளிவாகத் தெரிகிறது. அளவுக்கு மீறிய பேச்சுப் பரிமாற்றம் குடும்பத்து நன்மைக்கு எதிரி, உண்மையான, நேர்மையான கருத்துப் பரிமாற்றத்துக்குத் தடைக்கல், உள்ளங்களின் சங்கமத்துக்கு முட்டுக்கட்டை என்பது வெளிப்படை.

கோபத்தையோ, வருத்தத்தையோ மனத்திலேயே வைத்துக் கொண்டு புழுங்குவது உடல் நலத்துக்குத் தீங்கு விளைவிக்கும் என்று மருத்துவர்கள் கூறுவதுண்டு. ஆனால் மௌனம் கண்ணோட்டத்தை மாற்றிக் கொள்வதற்கான அவகாசத்தைக் கொடுக்கிறது. எது முக்கியம், எது அனாவசியம் என்று பகுத்துப் பார்க்க உதவுகிறது. வார்த்தைகளைக் கொட்டி விட்டால் அள்ள முடியாது. அவற்றால் ஏற்பட்டு விடக் கூடிய சேதத்தைத் தடுக்க மௌனம் உதவுகிறது.

இதற்காகப் புருஷனும் பெண்டாட்டியும் பேசவே கூடாது என்றோ, ஓரிரு சொற்களில் பேச்சு வார்த்தையை நிறுத்திக் கொள்ள வேண்டுமென்றோ தப்பாக எண்ணி விடாதீர்கள். சந்தோஷமான சூழ்நிலைகளில் நன்றாக அரட்டையடியுங்கள், இன்டல் பண்ணுங்கள், கோட்டாப் பண்ணுங்கள். பாராட்ட, புகழ வேண்டிய சந்தர்ப்பங்களில் உங்களுடைய பேச்சுத் திறமையைக் கட்டவிழ்த்து விடுங்கள். ஆனால் குடும்பவானில் கருமேகங்கள் தோன்றி இடி மின்னலுக்கான சின்னங்கள் தென்பட்டவுடன் வாயை இறுக மூடித் தைத்துக் கொண்டு விடுங்கள்.

– கே. என் ராமச்சந்திரன்



ரைஸ் சேவை கட்லெட் நொடியில்!

சேவை கட்லெட்

தேவையான பொருட்கள்

டிடிகே ரைஸ் சேவை	:	200 கிராம்
உருளைக்கிழங்கு	:	150 கிராம்
காரட்	:	100 கிராம்
பீன்ஸ்	:	100 கிராம்
வெங்காயம்	:	150 கிராம்
பட்டாணி	:	100 கிராம்
வேண்டுமானால்		
கரம் மசாலா பவுடர்	:	1 டீஸ்பூன்
உப்பு தேவையான அளவு		
பிரெட் கிரம்ப்ஸ்	:	100 கிராம்
எண்ணெய்	:	250 கிராம்

செய்முறை: சேவையைத் தயாரித்து எடுத்து வைக்கவும். வேக வைத்து மசித்த உருளைக்கிழங்குடன் துருவின காரட், வேகவைத்த பீன்ஸ், வெங்காயம், பச்சை மிளகாய், கரம் மசாலா பவுடர், உப்பு சேர்த்து கலக்கி, சேவையுடன் சேர்க்கவும். பிறகு இதனை சிறு உருண்டைகளாக்கி, கரைத்த மைதாமாவில் முக்கி எடுத்து, பிரட் கிரம்ப்ஸில் பிரட்டி தேவையான வடிவத்தில் எண்ணெயில் பொரிக்கவோ, லேசாக வறுக்கவோ செய்யவும். சாஸ் அல்லது சட்னியுடன் பரிமாறவும்.

இந்த அளவில் 20–25 கட்லெட்டுகள் செய்யலாம்.



சுவை அபாரம்
செய்வதில் இல்லை பாரம்

டிடிகே ரைஸ் சேவை

TTK தயாரிப்பு

பார்ட்டி கொடுப்பது எப்படி?



பார்ட்டிக்குப் பயன்படுத்தும் பீங்கான் தட்டுக்கள், ஸ்பூன்கள் முள்கரண்டிகள், கத்திகள் இவை ஒரே மாதிரியாக இருக்க வேண்டும். குறிப்பாக தட்டுக்கள் அனைத்தும் ஒரே அளவும் டிஸைனும் உடையதாக இருக்க வேண்டும். கத்தியும், முள் கரண்டியும் ஜோடியான டீஸ்பூனுடன் இருக்க வேண்டும். உணவுப் பண்டங்களை எடுத்து வைக்கும் பாத்திரங்கள் மாறுபட்டு இருப்பதில் தவறில்லை.

அதே போல் மேசைமீது வெள்ளை

லாம். அடுத்து வருவது பிரதான உணவு. இது நம் திறமைக்கு ஏற்பவும், விருந்தினரின் உணவுப் பழக்கத்திற்கு ஏற்பவும் அமையும். கலவை சாதங்களாகவோ, சப்பாத்தி, பூரி வகைகளாகவோ, பலவகை பிரட், அவற்றுடன் கிரேவி போன்றதாகவோ அமையும். இது முடிந்ததும் டெஸர்ட் எனப்படும் உணவு. இதில் கேக் அல்லது ஐஸ்கிரீம் அல்லது ப்ருட் ஸாலட் கொடுக்கலாம். இதுவும் முடிந்த பிறகு விருந்தின் கடைசி கட்டம் காப்பி அல்லது டீ. காப்பியானால்

தற்காலத்தில் விருந்து என்ற் சொல் மருவி பார்ட்டி என்று வழங்கப்பட்டு வருவதற்கேற்ப இலை போட்டு பாயசம் முதல் ஊறுகாய் வரை பரிமாறும் பழக்கமும் மாறி வருகிறது. கணவன், மனைவி இருவரும் படித்து வேலைக்குப் போவதால் திருமண நாள், குழந்தையின் பிறந்த நாள், அலுவலகத்தில் பதவி உயர்வு போன்றவற்றைக் கொண்டாட உடன் பணிபுரியும் நண்பர்களை அழைத்து 'பார்ட்டி' கொடுப்பது பரவி வருகிறது. மேலோட்டமாகப் பார்த்தால் பார்ட்டியும் ஒரு விருந்து தானே என்று எண்ணத் தோன்றினாலும் மேல் நாட்டி விருந்து இறக்குமதியான இப்பழக்கத்திற்கு பல விதி முறைகள், செயல் முறைகள் உள்ளன.

முதலில் விருந்தினை அளிக்கும் ஹோஸ்ட் குறிப்பாகப் பெண்மணி பார்ட்டிக்குப் பல நாட்கள் முன்னதாகவே திட்டமிட வேண்டும். எவ்வளவு பேரை அழைக்க வேண்டும், பார்ட்டி வீட்டிற்குள்ளேயா, மொட்டை மாடியிலா, வீட்டுத் தோட்டத்திலா, எத்தகைய உணவு வகைகள், காலையிலா, மாலையிலா, இரவிலா, குளிர் காலத்திலா, மழைக்காலத்திலா, கோடையிலா என்பன போன்ற பல விஷயங்களைச் சிந்திக்க வேண்டும். மொட்டை மாடியில் எல்லோரும் பாதி சாப்பிடுகையில் படபடவென்று மழை பெய்யும் பரிதாபத்தை எண்ணிப்பாருங்கள்!

இதே போல் பார்ட்டி பஃபே முறையிலா அல்லது டேபிள், சேர் போட்டா என்பதையும் தீர்மானித்து அதற்கேற்ற உணவுப் பொருட்கள், காய்கறிகள், பால், வெண்ணெய், குளிர்பானம் போன்றவற்றை இரண்டு நாள் முன்னதாகவே வாங்கிவைக்க வேண்டும்.

விரிப்பு விரிப்பது நல்லது. முக்கிய உணவு பரிமாறப்படும் தட்டு நடுவிலும் வலது பக்கம் (வெளியிலிருந்து) முதலில் ஸ்பூனும் பிறகு கத்தியும் வைக்க வேண்டும். முள் கரண்டி இடது பக்கம் வைக்க வேண்டும். காப்பி அல்லது டீக்கான கப் வலது பக்கம் கத்தி, ஸ்பூன் இவற்றிற்கு மேல் பாகத்தில் (அவற்றின் முனைகள் முடியுமிடத்தில்) வைக்கப்பட வேண்டும். பேப்பர் நாப்கின்களை அழகாகச் சுருட்டி ஒரு கண்ணாடி டம்ளருக்குள் வைக்க வேண்டும். பஃபே முறை உணவு என்றால் எல்லா பீங்கான் தட்டுக்களையும் ஒன்றன் மேல் ஒன்றாக அடுக்கி வைக்க வேண்டும். நாப்கின்களை ஒவ்வொரு தட்டின் மேலும் நான்காக மடித்து வைக்க வேண்டும்.

விருந்தினர்கள் ஒவ்வொருவராக வரத் துவங்கியதும் வீட்டுத் தலைவி எழுந்து நின்று வரவேற்க வேண்டும். அறிமுகப்படுத்தும் போது உட்கார்ந்த நிலையில் 'ஹலோ' சொல்லலாம். ஆனால் அறிமுகப்படுத்தப்படுபவர் வயதில் மூத்தவராகவோ, வி.ஐ.பியாகவோ இருந்தால் எழுந்து நிற்க வேண்டும். விருந்தினருடன் பேச விரும்பினாலும் எழுந்து நின்றுதான் பேச வேண்டும்.

விருந்து மொத்தம் ஐந்து பகுதியாக நடைபெறும். பிரதான விருந்து துவங்குவதற்கு அரைமணி நேரத்திற்கு முன் குளிர் பானமும், கொறிப்பதற்கு (வறுத்த மசாலா கடலை, சிப்ஸ், மிக்ஸர் போன்றவற்றில் ஏதாவது) ஒன்றும் வழங்க வேண்டும் (பிஸ்கட் கூடாது) விருந்து துவங்குவதற்குப் பத்து நிமிடங்களுக்கு முன் ஸூப் வழங்கப்பட வேண்டும். தக்காளி சூப், வெஜிடபிள் ஸூப், மஷ்ரூம் ஸூப் கொடுக்க

சிறிய கப்பிலும் டீயானால் பெரிய கப்பிலும் கொடுக்க வேண்டும். சில பார்ட்டிகளில் பீடா கொடுப்பது ஒரு வழக்கமாகி வருகிறது.

உணவு உண்ணும் மேசையின் நடுவில் அழகான பூச்சாடி அலங்காரம் ஒன்றை வைக்கலாம். மெல்லிய இந்திய, ஹிந்துஸ்தானி, மேல்நாட்டு இசை (வாத்தியங்களால் இசைக்கப்படுவது) ஒலிக்கச் செய்யலாம். உணவு பரிமாறும்போது வீட்டுத் தலைவியின் வலது பக்கம் பிரதான விருந்தினரை அமரச் செய்து அவரிலிருந்து முதலில் துவங்க வேண்டும். நாப்கின்களைப் பயன்படுத்திய பிறகு போடுவதற்கு ஒரு வேஸ்ட் பேப்பர் பாஸ்கெட்டும், கைகழுவ வேண்டுமானால் தூய்மையான வாஷ்பேஸின், மற்றும் டாய்லெட் இருக்க வேண்டும். சிறிய சோப், மற்றும் டவல் இருக்க வேண்டும். போதுமான அளவு நீர் தொட்டியில் நிரப்பப்பட வேண்டும். ஸ்விட்சுகள், பல்புகள் சரியான படி செயல்பட வேண்டும். சுத்தமான மேட், ஈரமில்லாத தரை இவை பார்ட்டிக்கு அழகு சேர்க்கும்.

பார்ட்டிக்கு அழைக்கப்பட்டவர் நாமாக இருந்தால் எப்படி நடந்து கொள்வது? அறிமுகப்படுத்தும் ஒவ்வொருவருடனும் கைகுலுக்கியோ, வணக்கம் செய்தோ, ஓரிரு வார்த்தைகள் பேச வேண்டும். அருகில் அமர்ந்திருப்பவர் அறிமுகப்படுத்தப்பட்ட பிறகு வேறு யாருடனும் பேசவில்லை என்றால் அவருடன் பேச வேண்டும். விருந்து சமயம் நாம் வாங்கிச் செல்லும் இனிப்புகள், பழவகைகள் விருந்து சமயம் பரிமாறப்பட வேண்டும் என்கிற கட்டாயம் இல்லை. எனவே அதை வலியுறுத்தாதீர்கள். குளிர்பானங்கள் வைன் (wine) கப்பில் கொடுக்கப்பட்டால் தண்டுப்

பகுதியை (stem) பிடித்துச் சத்தம் வராமல் நாசூக்காக உறிஞ்ச வேண்டும். கணவன், மனைவியாகப் போனால் உங்களுக்குத் தேவையான வகைகளை கணவர் மூலமாக பரிமாறுபவரிடம் கேட்டு உண்ண வேண் டும். உணவு பரிமாறுவதில் தவறு இருப்பின் (சில சமயம் ஒரு சிலருக்கு மட்டும் வரிசையில் ஒரு அயிட்டம் விடுபட்டுப் போகும்) சுட்டிக்காட்டலாம். அப்படியும் அதை அவர்கள் கவனிக்கவில்லை என்றால் விட்டுவிட வேண்டும். உணவுப் பண்டங் களின் விலையைக் கேட்பது சரியில்லை. விருந்தளிப்பவர் மழுப்பலாகச் சொன்னால் மேலும் வற்புறுத்திக் கேட்கக் கூடாது.

இடது கையால் போர்க் (fork) கையும், வலது கையால் கத்தியையும் பயன்படுத்தி உணவுப் பண்டத்தை வெட்டினால் போர்க் கால் குத்தி (இடதுகையாலேயே) உண்ண வேண்டும். போர்க்கும், ஸ்பூனும் பயன் படுத்தும் சமயம் (கேக்கை வெட்டும் போது) வெட்டிய துண்டை ஸ்பூனால் உண்ண வேண்டும்.

பார்ட்டியில் சாப்பிடும்போது மேசை யின் மீது முழுங்கைகளை ஊன்றக் கூடாது. ஆனால் மற்றொருவரோடு சற்று நேரம் பேசு வதானால் கையை ஊன்றிக் கொள்வதில் தவறில்லை. சாப்பாட்டில் மட்டும் குறியாக இருக்கக் கூடாது. அருகில் உள்ளவர் களுடன் தாழ்ந்த குரலில் பொதுவான விஷ யங்களைப் பேச வேண்டும். தூர இருப்ப வரைச் சுட்டிக் காட்டியோ, அல்லது அவ ருடன் நீங்கள் இருக்கும் இடத்திலிருந்தே கத்தியோ பேசக் கூடாது.

பார்ட்டி முடிந்தபின் டிஷ்யூ பேப்பரால் கையைத் துடைத்துக் கொள்வதானால் பேப்பரைத் தட்டிலேயே போடலாம். அல் லது அதற்கென உள்ள கூடையில் போட சொன்னால் உங்களிடம் உள்ள பயன் படுத் தாத முள்கரண்டியை அவரிடம் கொடுங் கள். அவர் அதில் ஒரு சிறு துண்டை எடுத்துத் தருவார். பிறகு அதை வாங்கி நீங்கள் உண்ண வேண்டும்.

உடல் நலம் (உண்மையிலேயே) சரியில்லை என்றால் பார்ட்டிக்கு (ஒருநாள் முன்னதாகவே) முன்பே கூறி மன்னிப்பு கேட்கலாம். பார்ட்டிக்கு வந்த பின் வாய் சரி யில்லை, வயிறு கோளாறு என்று பகிரங்க மாகச் சொல்லிக் கொண்டு பாதி உணவு வகைகளை வேண்டாம் என்று மறுப்பது, எல்லோருக்குமே தர்ம சங்கடம். டயட்டில் உள்ளவர்களும் கூடியவரை பார்ட்டியைத் தவிர்ப்பது நலம். அப்படியும் கலந்து கொண்டால் தங்களுக்கு ஒத்துக் கொள்ளாத உணவுப்பண்டங்களை நளினமாக பிறர் அறியாதவண்ணம் மறுத்து எளிய உணவைத் தேர்ந்தெடுத்து உண்பது நல்லது.

பார்ட்டி முடிந்த பிறகு வேடிக்கையாக சில விளையாட்டுக்கள் இருக்கும். அதிர்ஷ்ட எண்ணை 'டிக்' செய்தல் (Tambola game) தவளை துரத்துதல் (chasing the frog) போன்ற எளிய விளையாட்டுக்களில் வயது வித்யாசமின்றி அனைவரும் கலந்து கொள்ள வேண்டும். பார்ட்டி என்பதே இரு சாராரும் தங்கள் வயது, கவலைகளை மறந்து சந்தோஷமாக இருப்பதற்காகத் தான். எனவே மிகவும் கூச்சப்பட்டுக் கொண்டு ஒதுங்கக் கூடாது. பார்ட்டி நடந்த இடத்தை சுத்தம் செய்ய இல்லத் தலைவிக்கு உதவலாம். அவர் விரும்பாவிட்டால் தொந்தரவு செய்யக் கூடாது.

பார்ட்டி முடிந்து விடை பெறும் போது பார்ட்டியைப் பாராட்டி (மனப்பூர்வமாக) ஓரிரு வார்த்தைகள் கூறி விடைபெற வேண்டும். மறுநாள் போன் மூலம் நன்றி பர்த்டே டு யூ' பாடி, கொஞ்சம் கேக், சிப்ஸ், பிஸ்கட், சாக்லேட் என்று கொறித்து, கூல்டிரிங்க் அல்லது போர்ன்விடா போன்ற பானம் குடித்து, பூனைக்கு வால் வரைவது (கண்ணைக் கட்டிக் கொண்டு) லக்கி கார்னர்ஸ், பாஸிங் த பார்ஸல் போன்ற விளையாட்டுக்கள் விளையாடி, பரிசு பெறும் குழந்தைகள் தவிர மீதி அத்தனை குழந்தைகளும் ஒரு பென்சில் ரப்பர் அல்லது ஹேர்கிளிப் என்று பரிசாக வாங்கிக் கொண்டு வருவது வரை இந்த பார்ட்டியே ஒரு தனி அழகுதான். இதில் குழந்தை களுக்கு மட்டும் அழைப்பு என்றால் பெரிய வர்கள் வாசல்படி வரை வந்து குழந்தையை அனுப்பி விட்டு பார்ட்டி முடியும் நேரம் திரும்ப வந்து கூட்டிச் செல்வதே நாகரீகம். சிறிய பரிசு ஒன்றை குழந்தை கையிலேயே கொடுத்து அனுப்பலாம். பெற்றோர்கள் ஒருவரும் பங்கு கொள்ளாத பர்த்டே பார்ட்டிகளில் சிறுவர்கள் மிக நாகரீக மாகவும், மகிழ்வுடனும் கலந்து கொள்வது மிகவும் பாராட்ட வேண்டிய செய்தி. இத்த கைய பார்ட்டிகள் குழந்தைகளுக்கு பெற்றோரைச் சாராமல் (அவர்களின் அரட்டல், உருட்டல், சமயத்தில் சத்தமில் லாத கிள்ளு இல்லாமல்) ஒரு கூட்டத்தில் நடந்து கொள்ள பயிற்சியளிக்கிறது.

பார்ட்டி என்றால் இவ்வளவு பெரிதாகத்தான் இருக்க வேண்டுமா என்று எண்ண வேண்டாம். பல மாதங்களாக சந் திக்காத நண்பர்களுக்கு ஞாயிற்றுக்கிழமை யில் ஒரு கெட்டுகெதர் (get together) பார்ட்டி கொடுக்கலாம். இது அவ்வளவு கெடுபிடி இல்லாத பார்ட்டி, எளிமையானது. போண்டா அல்லது சமூசா ஒன்றைத் தயா ரித்து தொட்டுக் கொள்ள ஸாஸ் அல்லது

லாம். மடியில் விரித்துக் கொண்ட நாப்கினை பழைய மாதிரியே மடிக்கக் கூடாது. அதைத் தளர்வாக (loose fold) தட்டின் இடது பக்கம் வைக்க வேண்டும். தவிர்க்க முடியாத காரணத்தால் பாதியில் எழுந்து சென்று மீண்டும் வரவேண்டி இருந்தாலும் இதே போலத்தான் நாப்கினை வைக்க வேண்டும். (இடம் பிடிப்பது போல் இருக்கை மீது வைக்கக் கூடாது.)

பஃபே முறையில் பார்ட்டி அமைந்தால் உணவைக் கரண்டியில் சிறிது சிறிதாகப் போட்டுக் கொள்ள வேண்டும். எடுக்கும்போது கீழே சிந்தக் கூடாது. நீங்கள் உண்ணாத மற்றொரு வகை உணவை உங்கள் தோழி தன் தட்டிலிருந்து சுவைக்கச் சொல்லி பாராட்டலாம். ஒரு "Thank You" கார்டு வாங்கி, குறிப்பிட்ட உணவுப் பண்டம் நன்றாக இருந்ததைக் குறிப்பிட்டு இரண்டு வரிகள் பாராட்டினால் விருந்தளித்தவர் மனதில் நீங்கள் நீண்ட நாட்கள் இருப்பீர்கள். பெரிய பார்ட்டியாக இருப்பின் மறுநாள் ஒரு மலர்க் கொத்தை ''நன்றி'' என்று அனுப்பி வைக்கலாம்.

இது பெரியவர்களுக்காகப் பெரியவர்கள் கொடுக்கும் பார்ட்டி. இதைத் தவிர குழந்தைகளின் பிறந்த நாளுக்காக நடத்தப்படும் பார்ட்டிகள் இப்போது சர்வ சாதாரணம் குழந்தையின் கைப்பட அழைப்பிதழ்களை வரைந்து எழுத வைத்து அனுப்புவதில் தொடங்கி, கேக் வெட்டி, 'ஹேப்பி

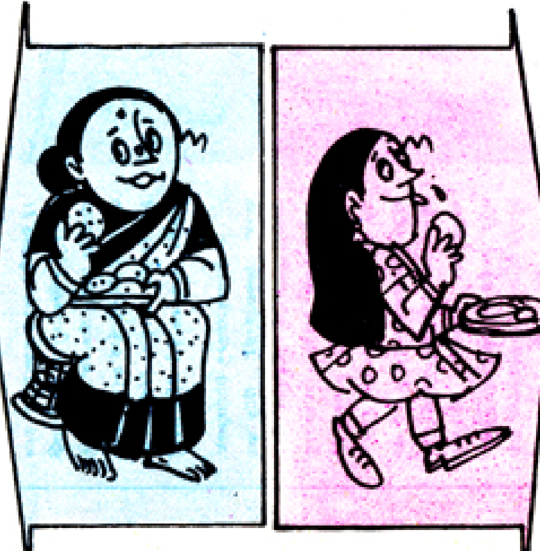
சட்னி தயாரிக்கலாம். கூடவே இளசான வெள்ளரிக்காய், கேரட், வெங்காயம் இவற்றை வட்டவட்டமாகவோ சிறுசிறு துண்டுகளாகவோ வெட்டி எலுமிச்சை சாறு, உப்பு, மிளகுத் தூள் சேர்க்கலாம். மற்றொரு கிண்ணத்தில் தக்காளி (விலை இறங்கியிருந்தால்) கொத்துமல்லி, இவற்றைத் துண்டுகளாக்கி உப்பு, மிளகு தூவி வைக்கலாம். முளை கட்டிய பச்சைப் பயறையும் இதேமுறையில் வைக்கலாம். விருந்தினர் தேவையானவற்றைக் கலந்து உண்ணலாம். தயாரிப்பதும் உண்பதும் எளிது. முடிவில் சூடாகவோ, குளிர்ச்சியாகவோ ஒரு பானம் போதும்.

- லக்ஷ்மி சங்கர்.

பாம்பே சட்னி

தேவை : கடலைமாவு 100 இராம், ப.மிளகாய் 6, கடுகு 1/2 ஸ்பூன், கடலைப் பருப்பு, உ.பருப்பு 1,1 ஸ்பூன், உப்பு தேவை போல். தே.எண்ணெய் 2 ஸ்பூன். வாணலியை அடுப்பில் இட்டு எண்ணெய் விட்டு, கடுகு, பருப்பு, பச்சை மிளகாய் போட்டுத் தாளித்துக் கடலைமாவை 200 நீர் விட்டு கரைத்துக் கொட்டி, உப்பு இட்டு, 2 நிமிடம் கழித்து இறக்கவும். இதுவே 'பாம்பே சட்னி' 4,5 நிமிடங்களில் தயாராகும் இந்த சட்னி இட்லி, தோசையை நம்மை அள்ளி, அள்ளி விழுங்கவைக்கும் திறமை உடையது.

- கமலா.



ஏதாவது புதுமையாக 'ஸ்வீட்' செய்தே தரவேண்டும் என்று அடம்பிடிக்கும் குழந்தைகள் ஒரு பக்கம், கடைகள் திறவாத தினமாகிய பந்த் ஒரு பக்கம்.

வாணலியில் சிறிதளவு நெய்விட்டு, 100 கிராம் கோதுமை மாவு போட்டு, சிவக்க வறுத்து, 100 பாலை ஊற்றினேன் (பாலில் கேஸரி பௌடர் சிறிதளவு கலந்து) உருண்டு வரும் போது சர்க்கரைப் போட்டுக் கிளறி, ஏலப்பொடி சேர்த்துப் புதுமையான 'பால் அல்வா' (திடீர்பால் அல்வா) ரெடி செய்தேன் 5 நிமிடத்தில்.

- கமலா.

உங்கள் கண்மணி தத்தி தத்தி முதல் அடி எடுத்து வைக்குமுன்...

அக்குழந்தை லட்சாதிபதியாக வளர்வதற்கான வலிமையான அடியை நீங்கள் வைத்திடுங்கள்.

நீங்கள் அறியாமலேயே நாட்கள் பறந்து உங்கள் கண்மணி வளர்ந்து வெளி புலகில் காலடி எடுத்து வைக்கும் நேரம் வந்து விடும். வாழ்க்கையை தனியாக எதிர் நோக்க. உங்கள் இன்றைய ஆலோசனை. உங்கள் கண்மணியின் நாளைய நல்ல ஆரம்பம். யூனிட் ட்ரஸ்டின் குழந்தைகள் பரிசு வளரும் நிதியில் முதலீடு செய்யுங்கள். உங்கள் சிறிய சேமிப்பும் உங்கள் கண்மணியை லட்சாதிபதியாக்குவதை காணலாம். நீங்கள் ஒரு பெரிய தொகையை ஒருமிக்க முதலீடு செய்யலாம் அல்லது சிறு சிறு தொகையாக வருடா வருடம் முதலீடு செய்யலாம். உங்கள் கண்மணி 21 வயதாகும்போது இப்பரிசும் பக்குவமடைகிறது. இத்தொகையை அவன் அவசியப்படி செலவாக்கலாம்.

இப்பொழுது ஒரு வசதியான சலுகை. இப்பணத்தை உங்கள் குழந்தை 18 வயதான பின் வருடத்திற்கு இரு முறை பெறலாம். அதாவது தேவை எழுவாயினும் இதை உபயோகித்துக் கொள்ளலாம். மீதிப்பணம் உங்கள் குழந்தை 21



வயதாகும்வரை வளர்ந்து கொண்டிருக்கும்.

மேலும் விவரங்கட்கு அணுகுங்கள்: எங்களது ஏஜெண்டுகள், முக்கிய பிரதிநிதிகள், ஸ்பென்சர் அண்டு கம்பெனியின் கிளைகள், ANZ கிரின்லேஸ் வங்கியின் கிளைகள், சென்னையில் ஸ்டாப் அண்டு ஷாப் செயின் ஸ்டோர்ஸ் லிட்; மற்றும் ஹைதராபாத்தில் பஞ்சவடி சூப்பர் மார்க்கெட்.

டிவிடெண்ட் இப்பொழுது 13% ஆக அதிகரித்துள்ளது. நினைவிருக்கட்டும் 5 வருடத்திற்கு ஒரு முறை போனஸ் டிவிடெண்டும்* அளிக்கப்படும்.

* 1988-91க்காக அறிவிக்கப்பட்ட போனஸ் டிவிடெண்ட் 5%



யூனிட் டிரஸ்ட் ஆஃப் இந்தியா
ஒரு கோடி யூனிட்தாரர்களின் சேவைக்கே சமர்ப்பணம்

யூனிட் ட்ரஸ்ட்டின் குழந்தைகள் பரிசு வளரும் நிதியில் முதலீடு செய்யுங்கள்.

அனைத்து செக்யூரிட்டிகள் முதலீடுகள் மார்க்கெட் ரிஸ்க் கொண்டதாகும். நீங்கள் எந்த முதலீடும் செய்வதற்கு முன் உங்களுடைய முதலீடு ஆலோசகர் அல்லது முகவரை கலந்தாலோசிக்குமாறு கேட்டுக்கொள்ளப்படுகிறது.

Sista's UTI.1702-91 TMC

Zonal Office: 45, Second Line Beach, Madras 600 001. Ph: 587433, 562257. **Branch Office:** ☐ **Trichy** • 104, Salai Road, Woraiyur, Tiruchirapalli 620 003. Ph: 32837.

Our Chief Representatives in Tamilnadu ☐ ANNA DIST. • **S. Jayachandran,** Dindigul, Ph: 3535 ☐ COIMBATORE • **A. Dhanabal,** Ph: 26313 ☐ DHARMAPURI • **S.A. Mathaiyan,** Ph: 6152 ☐ KAMARAJAR DIST. • **R. Venkateswaran,** Rajapalayam, Ph: 22433, 21360, 21771 ☐ KANYAKUMARI • **S. Subash Chandra Bose,** Nagercoil, Ph: 3474 ☐ MADURAI • **M. Ramamoorthy,** Ph: 43179 ☐ NORTH ARCOT • **P. Narayanan,** Vellore, Ph: 21575 ☐ NILGIRIS • **M. Madhavan Nambiar,** Coonoor, Ph: 21037 ☐ PERIYAR DIST. • **K. Jyothi Ramalingam,** Erode, Ph: 78265, 71785, 74785 ☐ P M DIST. • **R. Ramasamy,** Karaikudi, Ph: 2277 ☐ RAMANATHAPURAM • **A. Balakrishnan,** 45, North Car Street, Ramanathapuram 623 501 ☐ SALEM • **N.K. Inkarsal,** Ph: 66414 ☐ SOUTH ARCOT • **S. Balakrishnan,** Cuddalore, Ph: 377, 46 ☐ THANJAVUR • **K. Muthusamy,** Ph: 20374 ☐ TIRUNELVELI • **P. Venkatraman,** Ph: 26314 ☐ VOC DIST. • **K. Ramamoorthy,** Tuticorin, Ph: 21311.



ரஸகுல்லா செய்ய நான் நிறைய வழிமுறைகள் படித்திருக்கிறேன். கேள்விப் பட்டிருக்கிறேன். அவைகளைப் பின்பற்றிச் செய்தும் பார்த்திருக்கிறேன்.

சில சமயம் கரைந்து போகும், சில சமய.ம கல்லாக வரும். ஏதோ ஒரு சமயம் பரவாயில்லை. ஏதோ சாப்பிடலாம் என்பது போல 'சவுக், சவுக்' என்று ரப்பர் போல வரும். ஆனால் ஒரு முறையும் பெங்காலி ஸ்வீட் கடையில் வாங்கிச் சாப்பிடுவது போல மிருதுவாக வெள்ளை வெளே ரென்று வரவேயில்லை.

வட நாட்டுக்காரர்கள் என்னதான் நம்மைப் போல இட்லி, தோசை செய்ய முயன்றாலும் நம் பதம், நம் கைவண்ணம் அவர்களுக்கு வராது. இதுவும் அதுபோலத் தான். தென்னிந்தியரால் பெங்காலி ஸ்வீட்டை அவர்களைப் போலச் செய்ய முடியாது என்று நம்பவே செய்தேன்.

- இது நான், ஒரு பெங்காலியிடமிருந்து அவர்களைப் போலவே ரஸகுல்லா செய்யக் கற்றுக் கொள்ளுமுன் -

இப்பொழுது ரஸகுல்லா செய்வது எவ்வளவு கலபம் என்று தெரிந்து விட்டது. அடிக்கடிச் செய்ய வேண்டும் என்று ஆசையாக இருக்கிறது. எனக்குத் தெரிந்த இந்த ரகசியத்தைப்(!) பலருடன் பகிர்ந்து கொள்ள வேண்டும் என்று ஆர்வமாக இருக்கிறது.

என் கணவருக்கு ஏதேனும் உணவுப் பண்டம் செய்யக் கற்றுக் கொடுக்கும் பொழுது, ''எனக்குச் சமையலைப் பற்றி எதுவுமே தெரியாது என்பது போலச் சொல்லிக் கொடு,'' என்பார்.

அது போல நான் இப்பொழுது உங்களுக்கு ரஸகுல்லா செய்யக் கற்றுக் கொடுக்கிறேன். பழையதை எல்லாம் மறந்து விடுங்கள்.

ரஸகுல்லா ஈஸியே!

ரஸகுல்லா செய்வதில் எது ரொம்ப முக்கியம் தெரியுமா? பாலைத் திரிய வைக்க உபயோகப்படுத்துகிறீர்களே, அந்தச் சாதனம்தான். முதலில் அதைத் தயாரிக்க வேண்டும்.

அதற்கு 1 லிட்டர் நல்ல பால், (பௌடர் பால் அல்ல) பசும்பால் தேவை.

பாலைக் காய்ச்சி இறக்கி, ஆற விடவும். ஆறியபின், குளிர்சாதனப் பெட்டியில் வைத்து நன்றாகக் குளிர்ந்து, ஆடை புடைத்தபின், ஆடையை எல்லாம் நீக்கி விட்டுப் பாலை மட்டும் மற்றொரு பாத்திரத்தில் கொட்டவும்.

இந்தப் பாலை மறுபடி கொதிக்க விட்டு, இதில் ஒரு மூடியோ, அதற்கு மேலோ தேவையான அளவு எலுமிச்சம் பழம் பிழிந்து திரிய விடவும். பாலாடையும் தண்ணீருமாகப் பிரிந்து கொண்டதும் அப்படியே ஆற விடவும். ஆறிய பின், ஒரு பாத்திரத்தின் வாயில் துணியைக் கட்டி (மலையாள தோர்த்த முண்டு சிறந்தது) திரிந்த பாலை அதில் கொட்டவும். (ப்ளீஸ், ப்ளீஸ், தண்ணியைக் கொட்டி விடாதீர்கள். இந்த 'வே' தண்ணீர் மிக மிக அவசியம்.)

பால் கட்டியைத் துணியில் கட்டித் தொங்க விடவும். வடிந்த தண்ணீரை ஒன்றிரண்டு பாட்டிலில் கொட்டி மூடி போட்டு வைக்கவும்.

இந்தப் பால் கட்டி ரொம்ப திரித் திரியாக இருக்கும். தேய்த்துப் பிசைவதே கஷ்டம். இதில் ரஸகுல்லா செய்தால், 'சவுக், சவுக்' என்று இருக்கும்.

இதைப் பூரி செய்யும் போது மாவுடன் (1 கப் மாவுக்கு 1/4 கப் பனீர்) சேர்த்துப் பிசைந்து பூரி செய்யலாம்.

கடலை மாவுடன் சேர்த்து, வெங்காயம் போட்டுப் பகோடா செய்யலாம்.

பால் கட்டியில் நன்றாக நீர் எல்லாம் பிரிந்த பின் அதன்மேல் கனமான தட்டை, சாமானை வைத்து, ஒரு மணி நேரம் அழுத்தி, தட்டையாக்கி, இதை நெய், அல்லது எண்ணெயில் பொரித்தெடுத்து 'மட்டர் பனீர்' தயாரிக்க உபயோகிக்கலாம்.

அல்லது நீள நீளமாகத் துண்டாக்கி பஜ்ஜி மாவில் தோய்த்தெடுத்து எண்ணெயில் பொரித்து சீஸ் ஃபிங்கர் செய்யலாம்.

தேங்காய் பர்பி, ரவா கேக் செய்தாலும் அத்துடன் கடைசியில் சேர்த்துப் போட்டுக் கிளறலாம்.

ஆனால் ரஸகுல்லா மட்டும் செய்யக் கூடாது.

பாட்டிலில் கொட்டி வைத்த 'வே' தண்ணீரை 5 நாட்கள் புளிக்க வைக்கவும். அது மேலும் தெளிந்து, பால் கட்டி மேலே மிதக்கவோ, அடியில் தங்கவோ செய்யும்.

இதை மறுபடி வடிகட்டி, இந்தத் தெளிந்த, புளித்த நீரை ரஸகுல்லா செய்யும் பொழுது, பாலைத் திரிய வைக்க உபயோகப்படுத்த வேண்டும். இதுதான் நல்ல ரஸகுல்லா செய்யும் ரகசியம்.

இந்த நீரை பாட்டிலில் கொட்டி மூடி ப்ரிஜ்ஜில் எத்தனை மாதங்கள் வேண்டுமானாலும் வைத்திருக்கலாம். ரஸகுல்லா செய்யப் போவதற்கு முதல் நாள் ராத்திரி ப்ரிஜ்ஜிலிருந்து வெளியே எடுத்து வைக்கவும்.

ரஸகுல்லா செய்யத் தேவையான பொருள்கள்:

நல்ல பசும்பால் - 1 லிட்டர்,

சர்க்கரை - 2½ கப்,

தண்ணீர் - 7 கப்,

மைதா மாவு - 1 டீஸ்பூன் (தலைதட்டி),

ரோஸ் வாட்டர் - 2-3 சொட்டு,

முன் போல முதல் நாளே பாலைக் காய்ச்சி, ஆற வைத்து, ப்ரிஜ்ஜில் வைத்து, நன்றாகக் குளிர்ந்து ஆடை புடைத்ததும், ஆடையை நீக்கிவிட்டு, பாலை மட்டும் மற்றொரு பாத்திரத்தில் கொட்டிக் கொதிக்க விடவும்.

அடுப்பைச் சின்னதாக வைத்துவிட்டு, புளிக்க வைத்த 'வே' நீரைச் சின்ன இலைக் கரண்டியால், ஒவ்வொரு கரண்டியாக விட்டு நன்றாகக் கலக்கவும். முன்பு எடுத்து வைத்த நீரில் பாதியாவது தேவைப்படும். பால் முறிந்து தண்ணீர் பிரிந்து கொள்ளும் வரை 'வே' நீர் சேர்க்கவும். அடுப்பை அணைத்து விட்டு ஆற விடவும். நன்றாக ஆறிய பின் பாத்திரத்தின் வாயில் துணியைக் கட்டித் திரிந்த பாலைக் கொட்டி நீரை வடியவிட்டு, துணியில் பாலாடைக் கட்டியை முடிச்சிட்டுத் தொங்க விடவும். (3 - 4 மணி நேரம்).




"GOKUL"
SANTOL
TALCUM POWDER

கவிஞரின்
நெஞ்சக் கற்பனை
காகித மீது;
டிசைன் கலைஞரின்
நெசவுக கற்பனை
நிகரிலா நேர்த்திப்
பருத்தித்
துணிமீது.

பருத்தி
பேண்ட்டீஸ்
மாதர் ஜட்டி
படைப்பு:விஐபி

VIP Feelings

('வே' நீரை அடுத்த முறை ரஸகுல்லா செய்யப் புளிக்க வைக்கவும்) நாலு மணி நேரத்திற்குப் பின்பும் பாலாடைக் கட்டியில் அதிகமாக நீர் இருந்தால் அதற்குமேல் ஒரு கனமான பொருளை வைத்தால் அதிகப்படி நீர் வெளியேறிவிடும்.

சர்க்கரைப் பாகு வைக்க, பெரிய அகல மான மூடி போட்ட பாத்திரம் வேண்டும். ரஸகுல்லா ஒவ்வொன்றும், தாராளமாகத் தனித்தனியாக ஊறிக் கொண்டு மிதக்க இடம் வேண்டும். நல்ல சூட்டில் கொதிக் கும் பொழுது சர்க்கரை நுரைத்துக் கொண்டு பொங்கி வழியாமலும் இருக்க வேண்டும்.

இப்படிப்பட்ட பாத்திரத்தில் சர்க்கரை யையும் நீரையும் விட்டுக் கலந்து, சூட வைத்துச் சர்க்கரையைக் கரைய விட்டு, துணியில் வடிகட்டி விட்டு, பின்பு கொதிக்க விடவும்.

இதற்கு நடுவில் 'பனீரை' மைதா மாவுடன் கலந்து, 5 நிமிடம் நன்றாகத் தேய்த்துப் பிசையவும். இதைப் பன் னிரண்டு பாகங்களாகப் பிரித்து வைத்துக் கொள்ளவும். சர்க்கரை நன்றாக விசிக் கொதிக்கும் பொழுது ஒவ்வொரு பாகமாக எடுத்து, உள்ளங்கை நடுவில் வைத்து, அழுத்தி உருட்டாமல், லேசாக உருட்டிப் போடவும்.

அடுப்புச் சூட்டைக் குறைக்காமல் நன் றாகத் தளபுள என்று கொதிக்கட்டும். அடுப் பின் எரிச்சல் நடுவில் இருப்பதால், உருண் டைகள் ஓரத்துக்குப் போகும். பாத்திரத்தின் ஓரத்தை அடுப்பின் நடுமையத்திற்குச் சுழற் றினாற் போலக் கொண்டு வந்தால், ஓரத்தில் இருக்கும் உருண்டைகள் உருண்டு நடுவில் வரும் இப்படி 5 நிமிடம் கொதிக்க விடவும்.

பின்பு மூடி போட்டுப் பத்து நிமிடம் கொதிக்க விடவும். இப்படி மூடி போட்டுக் கொதிக்கும்பொழுதும், நடுநடுவில் மூடியை எடுத்து எடுத்து மறுபடி மூட வேண்டும். இது ஆவி வெளியேறி, சர்க்கரை பொங்கி வழிவதைத் தடுக்கும். இப்பொ ழுதும் பாத்திரத்தின் ஓரத்தை அடுப்பின் நடு மையத்திற்குக் கொண்டு வந்து ரஸ குல்லாக்களைப் புரட்டிக் கொடுக்க வேண் டும். பின்பு மூடியை எடுத்து விட்டு மேலும் ஐந்து நிமிடம் கொதிக்க விடவும். அடுப்பை அணைத்துவிட்டு ஆற விடவும். சிறிது ஆறியபின் 'ரோஸ் வாட்டர்' விட்டு பிரிஜ் ஜில் வைக்கவும். (தட்டையான டப்பாவில்)

ரஸகுல்லா செய்வது பெங்காலி வீடு களில் ஒரு தொடர் நிகழ்ச்சி, 'வே' நீரும் மிஞ்சிய சர்க்கரைப் பாகும் தொடர்ச்சியாக உபயோகப்படுத்தப்படும்.

- ஜெயா வி. ராமன்

பால் பவுடர் கேக்



ஒரு கப் பால் பவுடருடன் ஏழெட்டு டீஸ்பூன் கோகோ பவுடர் அல்லது போர்ன் விடா அல்லது பூஸ்ட் எனச் சேர்த்துக் கட்டி தட்டி விடாமல் சேர்த்து வைக்கவும். ஒரு கப்புடன் ஒரு கைப்பிடி சர்க்கரை கூடச் சேர்த்துக் கெட்டிப் பாகு வைக்க, தட்டில் போட்டால் பாகு ஒட்டாமல் இருக்கும் பதத் தில் அடுப்பை நிறுத்தி ஒரு எலுமிச்சம் அளவு வெண்ணெய் போடவும். சர்க்கரைப் பாகில் வெண்ணெய் கரைய பால் பவுடர் கலவை யைத் தூவி விடவும். கூடவே உடைத்த பாதாம், வறுத்த முந்திரித் துண்டுகளைப் போடலாம். வாணலியைக் கீழே வைத்துக் கைவிடாமல் கிளறக் கிளற, கலவைச் சுருள் பதமாக வந்துவிடும். அப்போது நெய் தடவிய தாம்பாளத்தில் கொட்டி ஆறியதும் வில்லை போடவும்.

- மைதிலி

புளித்த மோர் மீந்து விட்டால் மோர்க் குழம்பு செய்வது போல் வெந்தயக் குழம்பும் செய்யலாம். வற்றல் குழம்புக்குத் தாளிப்பது போல் ஒரு கரண்டி நல்லெண் ணெய்ய வாணலியில் விட்டு கடுகு, ஒரு டீஸ்பூன் வெந்தயம், ஒரு டேபிள் ஸ்பூன் து. பருப்பும், உ. பருப்பும், ஐந்தாறு மிளகாய் வற்றலுடன் தாளிக்கவும். சிறிது பெருங் காயம், மஞ்சள் பொடி சேர்த்து மோரை விட்டு உப்புப் போட்டு ஒரு கொதி வந்ததும் இறக்கவும். தேவையானால் கடலை மாவு கரைத்து ஊற்றவும். கறிவேப்பிலையை வாட்டி ஒரு கொத்து போடவும். மணமான ருசியான மோர் வெந்தயக் குழம்பு தயார்!

- மைதிலி





என்னைப் பொறுத்தவரை இது புதுமையான விஷயம்தான். மிகச்சிறிய வில்லை வடிவில் உள்ள இதை பாதுகாப்பு தேவைப்படும் தருணத்தில் அந்தரங்கமாகவும் எளிதாகவும் உடலில் பொருத்திக் கொள்ளலாம். ஆற்றல் மிக்கது. அத்துடன் பக்க விளைவுகள் ஏதும் ஏற்படாது.

எத்தனை சாமர்த்தியமாக என் கணவர் இப்பிரச்சினைக்கு ஒரு முடிவு கண்டார் பார்த்தீர்களா! குறும்புக்காரர்! இனி எல்லாமே உன் கையில்தான் இருக்கிறதம்மா என்று கூறிவிட்டு, ''ஆஹா, இப்பவே உன் முகம் மலர்ந்து விட்டதே என கிண்டலும் கேலியும் வேறு!

இப்புதிய கர்ப்பத்தடை முறை முழுமையான புதுப்பிறவி கொடுத்துள்ளது பெண்மணிக்கு ... அதாவது எனக்கு.

எனக்கு ஒரு அந்தரங்க பிரச்சினை இருந்தது. ஒவ்வொரு முறையும் என் கணவரை ஆணுறை அணிய நினைவூட்டுவதற்கு சங்கோசமாக இருந்தது. அப்படியே கட்டாயப்படுத்தி அணியச் செய்தாலும், அவருக்கு அதில் விருப்பமில்லை எனும் உணர்வு என்னை உறுத்திக் கொண்டே இருந்தது.

தேவையற்ற கர்ப்பத்தையும் நாங்கள் விரும்பாததால், குற்ற உணர்ச்சியுடன் காலந் தள்ளும் நிலை எனக்கு. எல்லாமாக என்னுள் பெருங் குழப்பத்தை ஏற்படுத்தின. அனைத்திற்கும் மேல் நம்மால் ஏதும் சுயமாக பாதுகாப்பு செய்து கொள்ள முடியவில்லையே என்கிற ஆதங்கம் வேறு!

ஆனால் இதற்கெல்லாம் முற்றுப்புள்ளி வைத்ததுபோல் ஒரு நாள் என் கணவரே **'டுடே'** யை என்னிடம் கொடுத்தார். இதழில் குறுநகை தவழ நமட்டுச் சிரிப்புடன் அவர் கூறினார் — ''வெளி நாட்டில் மிகப் பிரபலமாக உள்ள கருத்தடை முறை இப்போது இந்தியாவிற்கும் வந்துவிட்டது'' இனி ஒரு பிரச்சினையும் இல்லை.

அவர் சொன்னது பொய்க்கவில்லை. புதுப்பிறவி எடுத்த பெண்மையின் முழு உருவை அவர் கண்டு கொண்டு விட்டார் — அதாவது என்னை!

டுடே பெண்களின் அந்தரங்கக் கருத்தடை சாதனம்.

கருத்தடை பற்றிய இலவச பிரசுரத்தைப் பெற, சுய முகவரியிட்ட மற்றும் தபால் தலையுடன் கூடிய உறையை கீழ்கண்ட முகவரிக்கு அனுப்பவும்.
ப்ளிம் கெமிக்கல்ஸ் & ஃபார்மாசூடிக்கல்ஸ் இந்தியா லிட்., ஷைனபேக் ஹவுஸ் அனெக்ஸ், மரோல், அந்தேரி (கிழக்கு), பம்பாய்-400 059.



Avenues BT:167.90R

3 ஸ்ட்ரிப்புகளைக் கொண்ட சிக்கனமான பேக்கிலும் கிடைக்கிறது.

நவமணி நாகரிகம்

நவக்கிரகங்கள், நவராத்திரி, நவ ரசங்கள், நவரத்தினங்கள் என்று ஒன்பது என்ற எண்ணிற்கு நம் மத, கலாசாரக் கோட்பாடுகள் அளித்திருக்கும் மகத்துவமே தனிதான். உடைகளின் நிறத்திற்கேற்ப நகைகள், பட்டுத் துணியிலே சுடிதாருக்குத் தோதாக அழகிய கல் ஆபரணங்கள் என்று இன்றைய நாகரிகத்தின் போக்கு மாறிக் கொண்டிருக்கையில் நவமணி நகைகளுக்கு மவுசு கூடியிருக்கிறது.

ஆ.... பொருளாதார நெருக்கடி, ரூபாய் விலைவீழ்ச்சி என்றெல்லாம் சாக்கு போக்கு சொல்லிக் கொண்டு தங்கம் உச்சாணிக் கொம்பில் ஏறி உட்கார்ந்திருக்கும் இந்த நேரத்திலா நகைகளைப் பற்றிப் பேச வருகிறீர்கள். வெறுப்பேற்றாதீர்கள்.... என்று முகத்தைச் சுளித்துக் கொள்பவர்கள்... ஒரு நிமிடம்... "Necessity is the mother of invention" என்பார்கள். தேவையே புதிய கண்டுபிடிப்புகளுக்கு ஆதாரம். நகைகளும் தேவை. ஆனால் செலவையும் குறைக்க வேண்டும் என்ற இன்றையத் தேவையில் பிறந்திருப்பதுதான் அமெரிக்கன் டயமண்ட் கலாசாரம். அதே பாதையில் டெல்லியைச் சேர்ந்த ஆஷா கமல் மோடி என்பவர் தங்க முலாம் பூசிய வெள்ளி நகைகளை அறிமுகப்படுத்தியிருக்கிறார். உண்மையான நவரத்தினக்கற்களும், semi-preciousstones எனப்படும் செயற்கைக் கற்களும் இந்த நகைகளுக்கு அழகுக்கு அழகு சேர்க்கின்றன.



பொழுது போவதற்காகத்தன் வீட்டுக் கார் ஷெட்டில் புது விதமான ஆபரணங்களை டிசைன் செய்ய ஆரம்பித்தவர் ஆஷா. சாதாரணமாகக் கடைகளில் கிடைக்கும் நகைகளை விட இவைகள் வேறுபட்டிருந்ததால் நண்பர்கள் வட்டத்திலேயே விற்பனை வாய்ப்புகள் உருவாயின. இப்படி இருக்கும் போது முழுநேரத் தொழிலாக மாற்றி வெளி

யுலக வியாபாரச் சந்தையிலும் நுழைந்தா லென்ன என்ற எண்ணம் ஏற்படவே 1968 - ல் கணவருடன் சேர்ந்து முழுமூச்சில் இறங்கி னார் ஆஷா. அப்படி ஆரம்பித்த முயற்சி இன்று நாடெங்கும் பதினேழு விற்பனைப் பிரிவுகள், டில்லியில் சுமார் 300 பொற் கொல்லர்களைக் கொண்ட பணியிடம், மற் றும் இந்தியாவின் பல முக்கியமான நகரங் களிலும் சிறு பணிமனைகள் என்று விரிந்து படிந்திருக்கிறது. அயல்நாட்டுக் கண்காட்சி களுக்கும் வாய்ப்புகள் வந்திருக்கின்றன.

நகை தயாரிப்பு என்று வந்தவுடன் இந்தி யாவில் ஒவ்வொரு மாநிலத்துக்கும் உரிய சிறப்பு வேலைப்பாடுகள் ஆஷாவின் கவ னத்தை ஈர்த்தன. கேரளத்தின் எடை அதிகம் இல்லாத தகட்டில் செய்யப்படும் 'filigree' ஜெய்ப்பூரின் 'மீனா' மற்றும் குந்தன் மோஸ் தர்கள் - இப்படி வகை வகையாக வண்ணக் கல் ஜாலங்கள் பரந்தன.

வயலட், சிவப்பு, பச்சை என்று வெறும் பட்டு நூல் கயிறுகள்தான் - இவை கலைஞர் களின் கற்பனையில் எப்படியெல்லாம் உரு மாறுகின்றன. ராஜஸ்தான் மோஸ்தரில் அந்த வண்ணக்கயிறுகளையே முறுக்கித் திரித்து இடையில் தங்கமணிகளும் அடியில் ஒரு பதக்கமும் கோர்த்து நெக்லஸாக்கி விடுகிறார்கள். மஹாராஷ்டிரத்திலோ பதக்கமில்லாமல் கழுத்தை ஒட்டி அகன்ற பட்டை போலப் போடப்படும் நகைக்கு அக்கயிறுகள் அடிப்பாக உறுதியைத் தரு பவையாக ஆகிவிடுகின்றன. கர்நாடகத் திலோ அதே பட்டை போன்ற டிசைனில் இடையிடையே வண்ணக்கயிறுகளையும் தங்க மணிகளையும் இணைத்து இப்படி ஒவ்வொரு வேலை பாட்டிலும் ஒரு சிறப்பு, ஒரு கவர்ச்சி. இப்படிப் பல்வேறு மாநிலங் களுக்குச் சென்று அங்கே நகை வேலையில் தேர்ந்தவர்களைச் சந்தித்து பின்பு அந்த டிசைன்களை அடிப்படையாகக் கொண்டு இன்றைய நாகரிகத்துக்கேற்றவாறு நகை களை உருவாக்குவதில் தான் ஆஷாவின் வெற்றியைக் காணமுடிகிறது.

இங்கே மங்கையர் மலருக்காகப் புகைப் படத்திற்குத் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட வற்றில் கிரிஸ்டலால் ஆன பிள்ளையார் பதக்கம், பவழம், டர்க்வாய்ஸ் கற்களில் செதுக்கப்பட்ட பூஜை விக்கிரகங்கள், கோமேதகக் காதணிகள் மற்றும் கல் நெக் லஸ்கள் அடங்கும். இவற்றில் முத்துக்கள், ஜேட் எனப்படும் பச்சைக்கல், பவழம், டர்க் வாய்ஸ் போன்ற கற்கள் விலையுயர்ந்த நிஜக்கற்கள். ஆனால் செயற்கைக் கற்களா னாலும் கூட, வெள்ளியால் செய்து தங்க முலாம் பூசப்பட்டாலும் கூட இந்நகைகள் அமெரிக்கன் டயமண்ட் போல அவ்வளவு விலை குறைந்ததாக இல்லை. விலை வீச்சு ஐநூறிலிருந்து ஐயாயிரம் வரை போகிறது. 17,000, 21,000 என்று உயரம் தொடும் 'செட்'களும் இருக்கின்றன. ''ஒரே டிசை னில் பல நகைகளைச் செய்து தள்ளும் mass production முறையை நாங்கள் கையாள வில்லை. ஒவ்வொரு நகையிலும் கவனம் செலுத்தி முழுமை பெறச் செய்கிறோம். அதனால் தான் விலையை மிகவும் குறைக்க முடிவதில்லை,'' என்கிறார் ஆஷா.

தங்கம் வாங்கினால் பிற்காலத் தேவைக் காக அதை விற்றுக் கொள்ளலாம். அதனால் நகைகளும் ஒருவகை முதலீடுதான் என்ற கருத்துள்ள நம்வீட்டுப் பெரியவர்கள் கல் நகைகளில் பணம் போடுவதை ஒருக்காலும் ஒத்துக் கொண்டதில்லை. ஆனால் ஆபர ணங்கள் அழகுணர்வின் வெளிப்பாடு என்ற மாறுபட்ட கருத்தின் அந்தக் கண்ணோட் டத்தில் மணிகள் மட்டுமா நகைகளாக மாறுகின்றன. தோல், சங்கு, கிளிஞ்சல், அரக்கு இவை கூட அல்லவா ஆபரணங்க ளாகப் பரிணமிக்கின்றன!

– நிர்மலா சக்ரவர்த்தி.

படம் : ரமணன்

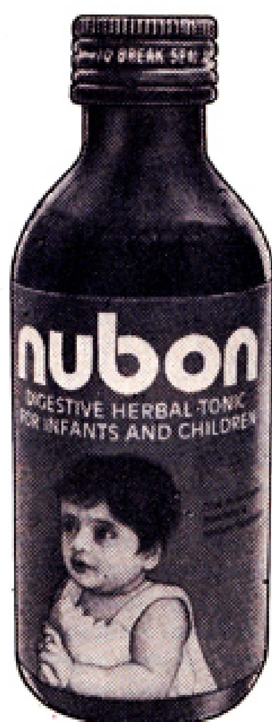
நவராத்திரியில் கன்னிப்பெண், சுமங் கலிப்பெண் இவர்களுக்கு வெற்றிலை, பாக்கு கொடுக்கிறோம் அல்லவா? பல வீடு களில் தேங்காய், மஞ்சள், பழம், குங்குமச் சிமிழ், சீப்பு, கண்ணாடி, பணம் அல்லது ரவிக்கைத் துணி இவைகள் வைத்துக் கொடுப்பார்கள். இத்தனையும் கையில் எடுக்கும் போது அவர்கள் ஒன்றிரண்டு பொருள்களை கீழே தவறவிட்டு விடு வார்கள். இதனால் நமக்கும், அவர்களுக்கும் மனத்தில் சங்கடம் தோன்றும். மேலும் இவை அனைத்தையும் எடுத்துக் கொண்டு போக நம்மிடமே 'பை' கேட்பார்கள். நூறு பை இருந்தாலும், தேடும் போது எங்கோ ஓடி ஒளியும் பொருள்களை, பிளாஸ்டிக் கவ ரினுள் வைத்து (தேவையான சைஸில் கடை யில் கிடைக்கும்) ஸ்டாப்லர் போட்டுக் கொடுத்து விட்டால் நிம்மதியாகி விடும். அவர்களும் எளிதாக வீட்டிற்கு எடுத்துச் செல்வார்கள் இல்லையா?

- கமலா

குழந்தைக்கு அஜீரணமா?

தேவை
நியுபான்

அஜீரண நிவாரணி
சிறந்த மூலிகைகள் அடங்கியது



குழந்தைகளின் அஜீரணம், பசியின்மை, வயிற்று வலி, வயிற்றுப் பொருமல், வாயு தொந்திரவு, எதுக்களித்தல், வாந்தி, மலச்சிக்கல் ஆகியவற்றைப் போக்க அனுபவமிக்க தாய்மார்கள் பாரம்பரியமாக வீட்டு வைத்திய முறையில், ஓமம், வசம்பு, திப்பிலி, சிற்றரத்தை, கடுக்காய், ஏலக்காய், சதகுப்பை, அதிமதுரம் போன்ற சிறந்த மூலிகைகளை பயன்படுத்தி கைகண்ட நிவாரணம் கண்டிருக்கிறார்கள்.

மேற்கண்ட சிறந்த மூலிகைகளை தேவையான அளவு சேர்த்து விஞ்ஞான முறையில் நியுபான் தயாரிக்கப்பட்டுள்ளது.

குழந்தைகள் விரும்பி சாப்பிடக் கூடியது. தொடர்ந்து கொடுப்பது நல்லது. அஜீரணத்தை தவிர்க்கும். பின் விளைவுகள் ஏதுமில்லை. பாதுகாப்பானது.

நியுபான்
குழந்தைகளின்
அஜீரண நிவாரணி



தஞ்சாவூர் - 613 007

EXELADS/PP 761/91

சமையலறையே மருத்துவமனைதான்

மருந்தாகும் உணவு

மருத்துவ சாத்திரம் பல நூற்றாண்டு களுக்கு முன்பே பிறந்தது நம் நாட்டில் தான்! ஒருசில மணி நேரம் இருக்கின்ற உடல் உபாதையானாலும் சரி, பல கால மாக இருக்கின்ற நோய் என்றாலும் சரி, அவைகளை இயற்கை முறையிலேயே சிகிச்சையளித்து குணப்படுத்தியிருக்கி றார்கள்.

இக்காலத்தில் இருமலோ, தும்மலோ வந்தால் போதும், உடனே, ஓடு டாக்ட ரிடம், என்கிறோம். அன்றாடம் நாம் உண் ணும் உணவில் எத்தனையோ வித மருத் துவ குணங்கள் உள்ளன. எவ்வப்போது, எதைச் சாப்பிட்டால், நோய் குணமாகும் என்ற விபரத்தை நாம் அறிந்திருப்பது நல்லது. முன் காலத்தில் ஆறுமாதத்திற்கு ஒரு முறை விளக்கெண்ணெய் சாப்பிடுவது, வாரந்தோறும் எண்ணெய் தேய்த்துக் குளிப் பது, உணவில் அறுசுவையையும் சேர்ப் பது, அதிக காரம், உப்பு, புளிப்பு சேர்க்கா மல் சாப்பிடுவது, - என்று வழக்கத்தில் இருந்தது.

பிரஷர், ஷுகர், கான்சர் - என்பதெல் லாம் மிகவும் அபூர்வமாகக் காணப் பட்டன. இன்றைக்கு யாரைக் கேட்டாலும் "எனக்கு, ஷுகர் கம்ப்ளெய்ன்ட், எனக்கு ஹை பிளட் பிரஷர்" என்று சொல்கி றார்கள். இவைகள் வராமல் தடுப்பது சமை யலறை அரசிகளாக இருக்கும் பெண்களின் கைகளிலேதான் உள்ளது.

சாதாரண ஜுரம், சளியும் இருக்கிறது, ஜலதோஷம் என்றால் அவஸ்தைதான், "சனி பிடித்ததோ, சளி பிடித்ததோ" என் பார்கள். இதற்கு மருத்துவர் கொடுக்கும் மருந்துகள் கூட ஓரளவு கட்டுப்படுத்துமே தவிர முழுவதுமாகப் போக்கி விடாது.

சாதத்தை ஒரு பாத்திரத்தில் வேக வைத்து, அதில் வடித்த கஞ்சியை நெய்யில் ஜீரகம் தாளித்து, சூடாக இரண்டு வேளை குடிக்க வேண்டும். தொண்டையில் கட்டி யிருக்கும் சளி கரையும். முருங்கை இலை யைப் பறித்து, நன்றாகக் கழுவி, காம்பு ஆய்ந்து நன்றாக வதக்கி, சூடான சாதத்துடன் சிறிது உப்பும் மிளகுத்தூளும் கலந்து சாப்பிட்டால் ஜலதோஷத்தின் கடுமை குறையும்.

உடம்பில் அசதியும் வலியும் இருக்கும் போது, சில சமயம் படுத்துக் கொள்ள நேரம் இருக்கும். வீட்டுவேலைகள் குவிந்து கிடக்கிறதே, என்று படுக்க நேர மில்லாமல் போவதும் உண்டு. கடுப்பும் வலியும் உடனடியாகப் போக, ஒரு எளிய வழி இருக்கிறது. சிறிது ஜீரகம், மிளகு, இரண்டு கண்டந்திப்பிலி ஒரு ஸ்பூன் தனியா, இவற்றை எண்ணெய் விடாமல் வறுத்து நைசாக அரைத்து, சிறிது புளி ஜலத்தில் கொதிக்க வைத்து இரு முறை குடித்தால், உடம்பு வலி வந்த சுவடு தெரி யாமல் பறந்தே போகும்.

சில சமயம் பசியே எடுக்காது. வயிறு நிறைந்தாற்போலவே இருக்கும். சாப் பிட்டுப்பல மணி நேரம் ஆகியும் பசி தோன்றாது, மந்தமாக இருக்கும். பித்த வாந்தி போல மஞ்சளாக எச்சில் ஊறி, வாந்தியெடுப்பது சிலருக்கு அடிக்கடி நேர் கின்ற அனுபவம். இதை ஒரு கப் இஞ்சிச் சாறு சில மணிநேரங்களில் குணப்படுத்தி விடும் அதிசயத்தை அனுபவிக்கலாம்.

சிறிய இஞ்சித் துண்டு - நாரில்லாத மாவு இஞ்சியாக எடுத்துக் கொண்டு நன்றாக மண் போகக் கழுவிக் கொள்ள வேண்டும். சிறு துண்டுகளாக்கி, அத்துடன் ஒரு ஸ்பூன் பச்சை தனியாவையும் சேர்த்து நைசாக அரைத்து இரு சிறிய பாயசக்கிண்ணம் அளவு நீர் கலந்து, நன் றாக வடிகட்டவும். சக்கையை எடுத்து விட்டு, இந்தச் சாறுடன் அரை மூடி எலு மிச்சம்பழமும் ஒரு ஸ்பூன் தேன் அல்லது சர்க்கரை கலந்து காலையில் வெறும் வயிற்றில் குடிக்க வேண்டும். ஒரு மணி நேரம் வேறு எதுவும் சாப்பிடக் கூடாது. அதன் பிறகு பாருங்களேன், "பசி, பசி" என்று வயிறு கூப்பாடு போடுவதை!

சிலருக்கு அல்சர் என்று எதுவும் இல் லாமல் இருந்தாலும் அடிக்கடி வயிற்றுவலி

ஏற்படுகிறது. இதை உடனடியாகக் குணப்படுத்த வெந்தயக்கீரை, அல்லது வெந்தயம் இதை விட்டால் வேறு கிடையாது!

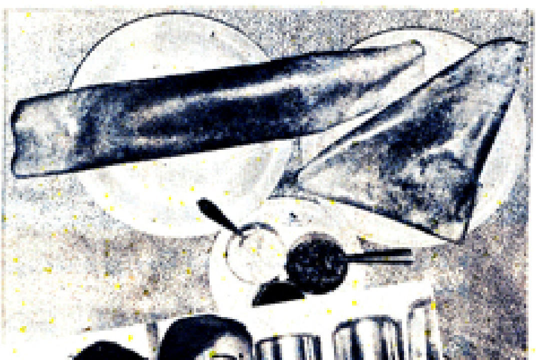
''ஓ. வெந்தயக்கீரை தானே, நான் சாம்பாரில் போட்டுச் சாப்பிடுவேனே'' என்று சில பெண்மணிகள் சொல்வதைக் கேட்கலாம். வலி இருக்கும் போது, புளி, காரம் இவைகள் அதிகம் சேர்ப்பது நல்லதல்ல.

வெந்தயக்கீரையை வாங்கிப் பொடியாக நறுக்கி, சிறிது உப்பு, சிறிது பயத்தம் பருப்பு சேர்த்து குக்கரில் வேகவைக்க வேண்டும். நன்றாக வெந்து மசியலாக ஆகிவிடும். இதனை அப்படியே சாப்பிட வேண்டும்! சிறிது கசக்கும். ஆனாலும் பலன் கைமேல் கிடைக்கும்! சிலருக்கு வாயில் அடிக்கடி புண்கள் வந்து எதுவும் சாப்பிட முடியாமல் அவஸ்தைப்படுவார்கள். அவர்கள் ஒரு ஸ்பூன் வெந்தயத்தை சிறிது நேரம் ஊறவைத்து, பிறகு குக்கரில் சாதத்துடன் வேகவைத்து, அதை சாப்பிட்டு வந்தால் வாய்ப்புண் நீங்கள் இருக்கும் திசையையே எட்டிப் பார்க்காது!

நெடுநாள் வயிற்று வலியால் அவஸ்தைப் படுகிறவர்களுக்கு அகத்திக்கீரை ஒரு அருமருந்து. அகத்திக் கீரையை நன்றாக அலம்பி வெய்யிலில் காய வைக்க வேண்டும். பிறகு அதை மிக்ஸியில் பொடியாக அரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். தினமும் ஒரு டம்ளர் மோரில் சிறிது உப்பும் ஒரு ஸ்பூன் அகத்திக்கீரைப் பொடியும் கலந்து குடித்துவந்தால் வயிற்றுவலி போய்விடும்!

வெளுத்து, இரத்தச்சோகை இருப்பவர்கள் உடம்பில் இரும்புச் சத்து குறைவாக இருக்கும். அதற்காக நிறைய மாத்திரைகளை உட்கொள்வார்கள். மாத்திரைகள் மட்டுமே போதும் என்று எண்ணுவது சரியல்ல. சிவப்பணுக்களை இரத்தத்தில் அதிகரிக்கும் சக்தி கத்தரிக்காயிலும், வாழைக்காயிலும் உள்ளது. இக்காய்களை மிளகும்









உப்பும் சேர்த்து கூட்டாகச் செய்து உண்பது நல்ல பலனைத் தரும்!

நூற்றில் தொண்ணூறு பேருக்கு மலச் சிக்கல் இருக்கிறது என்று மருத்துவக் குறிப்புகள் கூறுகின்றன. மலச்சிக்கலை மிகவும் சாதாரணமாகவே எல்லோரும் நினைக்கிறார்கள் மலச்சிக்கல் பல மனச்சிக்கல்களுக்கும் உடல் சிக்கல்களுக்கும் முக்கிய காரணமாகிறது.

நாம் தினமும் சாப்பிடும் உணவில் நார்சத்துமிகுந்த பொருட்களைச் சேர்த்துக் கொள்வதால் மலச்சிக்கல் நீங்கும். தினமும் ஏதாவது ஒரு கீரை வகையைச் சாப்பிடுவது நல்லது. சாதத்தில் சிறிது நெய்யைச் சூடாகக் காய்ச்சி விட்டு, அதில் மிளகும் சீரகமும் பொடி செய்து போட்டு தேவையான அளவு உப்புடன் சாப்பிட்டால் மலச் சிக்கலுக்கு உடனடி நிவாரணம் கிடைக்கும். சாதம் ஒரு பங்கு, காய்கறிகள் ஒரு பங்கு என்ற விகிதத்தில் சாப்பிடுவதும் மலச்சிக்கலை நீக்கும்! காலையில் எழுந்ததும் பல் துலக்கிய பிறகு வெறும் வயிற்றில் ஒரு டம்ளர் சுத்தமான ஜலம் குடித்தால் மலச்சிக்கல் இருக்காது.

வாழைத்தண்டு, முள்ளங்கி, வெள்ளரி இவைகளை அடிக்கடி உணவில் சேர்த்துக் கொள்வதால் உடல் எடை குறையும். சீரான உடல் எடையை வேண்டுவோர் இவைகளைச் சாப்பிடலாம்!

சிலர் மிகவும் மெலிந்து இருப்பார்கள்; உடல் பருக்க என்னென்னவோ டானிக்குகளைச் சாப்பிடுவார்கள். அப்படியும் உடலின் எடை கூடாது. அத்தகையவர்கள் தினமும் ஒரு பெரிய உருளைக்கிழங்கை குக்கரில் வேக வைத்து, தோலை உரித்தபின், கிழங்கின் நடுவே சிறிது குழித்து அதில் வெண்ணெயைப் போட்டு, பின்பு கிழங்கைச் சாப்பிட வேண்டும். ஒரு மாதத்தில் அவர்களுடைய எடை கனிசமான அளவு கூடும்!

நெல்லிக்காயை தேனில் ஊறவைத்துச் சாப்பிடுவது இளமையோடிருக்க உதவும்!

அல்சர் இருப்பவர்கள் தினமும் முட்டைக் கோஸையும் காரட்டையும் வேக வைத்து அதன் ஜூஸைக் குடிப்பது நல்லது.

இதுபோல் உணவின் மருத்துவ குணங்களை அடுக்கிக் கொண்டே போகலாம். தினமும் காய்கறிகள், கீரைகள், தானியங்கள், பழங்கள், இஞ்சி, மிளகு - இவைகளைப் பயன்படுத்தி சிறுசிறு உடல் நலக்குறைகளைப் போக்கிக் கொள்ளலாமே!

- கங்கா ராமமூர்த்தி

"மோகந்தால்"

தேவையான பொருட்கள் :

கடலை மாவு - ¼ கிலோ,
பால் - ¼ லிட்டர்,
சர்க்கரை - ¼ கிலோ,
டால்டா (அ) நெய் - 200 கிராம்,
ஏலக்காய் - 6,
கேசரி பவுடர் - கொஞ்சம்,
ரவை - 5 டீஸ்பூன்,
கசகசா - 50 கிராம்,
ஜாதிக்காய் ஒரு சின்ன பீச்.

செய்முறை :

முதலில் வாணலியில் நெய் முழுவதும் ஊற்ற வேண்டும், பிறகு பாலை அதில் ஊற்றி கேஸ் அடுப்பின் மேல் வாணலியை வைத்துக் காய்ச்சவும். இரண்டும் சேர்ந்து பொங்கி வரும் போது (சலித்து வைத்த) கடலை மாவைப் போட்டு நன்றாகக் கிளற வேண்டும், கடலை மாவைப் பாதி வறுத்ததும், ரவையையும் அதனுடன் சேர்த்து பிரவுன் கலர் வரும் வரை கிளறி விட்டு இறக்கி வைத்து, ஏலக்காய், ஜாதிக்காய் எல்லாம் பொடி செய்து போட வேண்டும். கேசரி பவுடரும் போட வேண்டும்.

கால் கிலோ சர்க்கரையில், அரை கிளாஸ் தண்ணீர் விட்டு கேஸ் அடுப்பில் வைத்துக் காய்ச்சவும். கம்பிப் பாகு வந்ததும், கேஸை அணைத்து விட்டுப் பாகை, கீழே வறுத்து வைத்திருக்கும் கடலை மாவில் கொட்டிக் கிளறவும். தட்டில் நெய் தடவி இந்தக் கிளறிய விழுதை கொட்டிச் சமமாக்கி கசகசாவை மேலே தூவி கட் பண்ணவும். மோகந்தால் தயார். மைசூர் பாக் போல் கை விடாமல் கிளற வேண்டிய தொல்லையுமில்லை, அடியும் பிடிக்காது. கட் செய்த வில்லைகள் மேல் வேண்டுமானால் பாதாம் (அ) முந்திரி பொடித்து வைக்கலாம்.

- வைஜெயந்தி மாலா.

பொட்டுக் கடலை முறுக்கு :

தேவையான பொருட்கள் :

பச்சரிசி - 4 தம்ளர்,
பொட்டுக்கடலை - 1½ தம்ளர்.
எள் - 1 டீஸ்பூன்,
பெருங்காயம் - 2 சிட்டிகை,
உப்பு - தேவையான அளவு,
நெய் - 2 மேசைக் கரண்டி,
ரீபைண்ட் எண்ணெய்
- தேவையான அளவு.

செய்முறை :

அரிசியைக் கழுவி,உலர்த்தி உலர்ந்த அரிசியுடன் பொட்டுக் கடலையையும் சேர்த்து மிஷினில் கொடுத்து அரைத்துக் கொள்ளவும். அரைத்த மாவை ஆற வைத்து, அத்துடன் எள், பெருங்காயம், நெய், உப்பு சேர்த்து பிசைந்து கொள்ளவும். வாணலியை அடுப்பில் வைத்து எண்ணெய் ஊற்றிக் காய வைத்து மகிழம்பூ அச்சில் பிழிந்து எடுக்க வேண்டும்.

மனோலம்

தேவையான பொருட்கள் :

பச்சரிசி - ½ தம்ளர்,
பாசிப் பருப்பு - 4 தம்ளர்,

தீபாவளியே, வைபோகமே!



தேங்காய் - 1,
பொட்டுக்கடலை - 3 தம்ளர்,
ஏலம் சுக்குப் பொடி - ½ டீஸ்பூன்,
வெல்லம் - அரைப்படி,
ரீபைண்ட் எண்ணெய்
- தேவையான அளவு.

செய்முறை :

பாசிப் பருப்பை இலேசாக வறுத்துக் கொள்ளவும். அரிசியுடன் கலந்து மிஷினில் அரைத்துக் கொள்ளவும். அந்த மாவுடன் சிறிது உப்பு சேர்த்து முறுக்கு உரலில் காய்ந்த எண்ணெயில் பிழிந்து எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். அதைச் சிறு துண்டுகளாக நொறுக்கி வைத்துக் கொள்ளவும். தேங்காயைப் பொடிப் பொடியாக நறுக்கி நன்றாக வறுத்துக் கொள்ளவும். வெல்லத்தைப் பாகு வைத்து, நொறுக்கிய துண்டுகள், பொட்டுக் கடலை, தேங்காய், ஏலம் சுக்கு பொடி எல்லாவற்றையும் சேர்த்து அமுக்கி வைக்கவும். இது சாப்பிட சுவையாக இருக்கும். நன்றாக ஆறியதும் முறுகலாக இருக்கும். இது பிரசித்தி பெற்ற செட்டி நாட்டுப் பலகாரமாகும்.

- இதா தெய்வசிகாமணி.

மலபார் பொள்ளல் வடை

தேவையான பொருட்கள் :

பச்சரிசி - 2 கப்,
துவரம் பருப்பு - 1½ கப்,
மிளகாய் வற்றல் - 5 அல்லது 6,
தேவையான அளவு
- உப்பு - பெருங்காயப் பொடி,
பொரிக்கத் தேவையானது
- எண்ணெய்.

செய்முறை :

அரிசியையும், பருப்பையும் தண்ணீர் விட்டு இரண்டு மணி நேரம் ஊற வைக்கவும். ஊறிய பின் தண்ணீரை வடிகட்டவும். மிளகாய் வற்றல், உப்பு, பெருங்காயம் சேர்த்து மிக்ஸியில் நைஸாக அரைக்கவும்.

அரைத்த மாவை, தோசை மாவு போல் கரண்டியால் எடுக்க வாகாகக் கரைத்துக் கொள்ளவும்.

எண்ணெயைக் காய வைத்துக் கரண்டியில் மாவை எடுத்து அப்படியே எண்ணெய்க்குள் ஊற்றவும். மாவு வட்டமாகப் பூரி போல் படர்ந்து உப்பிக் கொண்டு எண்ணெய் மேல் மிதக்கத் தொடங்கும். சற்றே சிவந்த பின் எடுக்கவும். ஒவ்வொன்றாகப் பொரிக்கவும். இரண்டிரண்டாகவும் பொரிக்கலாம். தேங்காய் சட்னியுடன் சாப்பிடலாம்.

- எஸ். பார்வதி.

முப்பருப்புத் தேன்குழல் :

தேவையான பொருட்கள் :

பயத்தம் பருப்பு - 1 கப்,
கடலை பருப்பு - 1 கப்,
உளுத்தம் பருப்பு - 1 கப்,
அரிசி மாவு - 6 கப்,

துடிப்புள்ள மக்களுக்கு நலம் தரும் எண்ணெய்



இப்போது அருமையான சமையலுக்கு அபாரமான ருசிமட்டும் போதாது. அது ஆரோக்கியம் தருவதாகவும் இருக்க வேண்டும். அதற்கு உதவுகிறது புதிய ஸன்ட்ராப் சுப்பர்-ரீஃபைண்ட் ஸன்ஃப்ளவர் எண்ணெய்.

ஏனெனில் ஸன்ட்ராப்பில் சமைத்த உணவு, அதன் இயற்கையான மற்றும் அபாரமான ருசியை விடாது வைத்திருப்பதோடு மட்டுமல்ல, ஸன்ட்ராப் நான்கு இன்றியமையாத ஆரோக்கிய நலன்களையும் அளிக்கிறது.

- **சக்தி நிரம்பியது** முழுச்செறிவூட்டப்பட்ட சக்தியைக் கொண்ட ஸன்ட்ராப் கிராம் ஒன்றுக்கு 9 கிலோ கலோரிகளைத் தருகிறது.
- **சுலபமாக ஜீரணிக்க வல்லது.** இது 0.2%க்கும் குறைவான ஃப்ரீஃபேட்டி ஆஸிட் கொண்டுள்ளதால் ஸன்ட்ராப்பில் சமைத்த உணவு மிகவும் துரிதமாக ஜீரணமாகிறது.
- **இருதயத்தைப் பலமாக வைக்கிறது** ஸன்ட்ராப் பாலி அன்சாட்சுரேட்டட் கொழுப்பைக் (லினோலைக் ஆஸிட்) கொண்டுள்ளது. இது கொலெஸ்ட்ரால் மட்டத்தைத் தீவிரமாகக் குறைக்கிறது மற்றும் இருதயத்தைப் பலமாக வைத்திருக்க உதவுகிறது.
- **வைட்டமின்கள் செறிந்தது** ஸன்ட்ராப், வைட்டமின்கள் ஏ.டி. மற்றும் ஈ யை அதிகமாகக் கொண்டுள்ளதால் எல்லா வித முழுவளர்ச்சிக்கும் சிறந்தது.

எனவே இன்றே ஸன்ட்ராப் கொண்டு சமைக்கத் துவங்குங்கள்.

ருசியான சமையலுக்கு ஆரோக்கியமான வழி







Buy pure, be su

வெண்ணெய் - 100 கிராம்,
ஓமம் (பொடி செய்தது)
- 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
உப்பு - தேவைக்கேற்பபடி,
ரீபைண்டு ஆயில் - பிழிந்து
எடுப்பதற்குத் தேவையானது.

செய்முறை :

பருப்புக்களைத் தனித்தனியாக பொன் நிறமாக வாசனை வரும் வரை வறுத்து எடுத்துக் கொண்டு, பிறகு வறுத்த மூன்று பருப்புக்களையும் சேர்த்து நைஸாக மிஷினிலோ, மிக்ஸியிலோ, அரைத்துக் கொள்ளவும். வறுத்துப் பொடி செய்த பருப்புப் பொடி 1 கப் அளவிற்கு 2 கப் அரிசி மாவு போட்டு $1\frac{1}{2}$ டேபிள் ஸ்பூன் வெண்ணெய் போட்டு, 1 டீஸ்பூன் பொடி செய்த ஓமத்தைப் போட்டு, 2 டீஸ்பூன் உப்புப் போட்டு கலந்து கொண்டு ரொம்பக் கெட்டியாக இல்லாமலும், ரொம்பத் தளர இல்லாமலும், பார்த்து கொஞ்சம் கொஞ்சமாக தண்ணீர் விட்டு நன்றாக மிருதுவாக பிசைந்து கொள்ளவும்.

வாணலியில் எண்ணெயை விட்டு நிதானமாகக் காய வைத்து, மாவைத் தேன் குழல் அச்சில் போட்டு பிழிந்தால் கரகரப்பாக நன்றாகவும், ருசியாகவும் இருக்கும்.

- ரங்கநாயகி.

கேஸரிபாத்

அதிக சிரமமும், செலவுமில்லாமல் கேஸரி பாத் தயாரிப்புக்கு :

1 பங்கு ரவையை $\frac{3}{4}$ பங்கு நெய்யில் பொரித்தாற்போல், மணக்க வறுக்கவும். 1 பங்கு சூடான பாலில் கேஸரிப் பவுடர் ஏலப் பொடி சேர்த்து, வறுத்த சூடான ரவையைப் போட்டு கிளறி வைக்கவும். 1 பங்கு ஜலத்தில், $1\frac{1}{2}$ பங்கு சர்க்கரையைச் சேர்த்து, அடுப்பில் வைத்து, கரைய விடவும். குக்கருக்குள் வைக்கும்படியான பாத்திர மாக இருக்கட்டும். சர்க்கரை நன்கு கரைந்ததும் (பாகு வர வேண்டாம்) பாலில் ஊறிய ரவையைச் சேர்த்து ஒரு கிளறு கிளறி, குக்கருக்குள் வைத்து வெயிட் போட்டு, 5 நிமிடத்தில் (உச்சத் தீயில்)

ஒரு விஸில் வந்ததும் இறக்கி விடலாம். இந்த முறையில், அருகிலேயே நின்று அடிக்கடி கிளறி விடத் தேவையிராது. கேஸரியும் பொலபொலவென்றிருக்கும்.

இதை மில்க் குக்கருக்குள் அப்படியே போட்டும் செய்யலாம். (வேறு உள் பாத்திரம் இல்லாமல்) சில நிமிஷங்கள் அதிகம் ஆனாலும், சட்டென்று திறந்து உபயோகிக்கலாம்.

- இந்திரா ராமதுரை.

இம்மாத இல்லத்தரசி

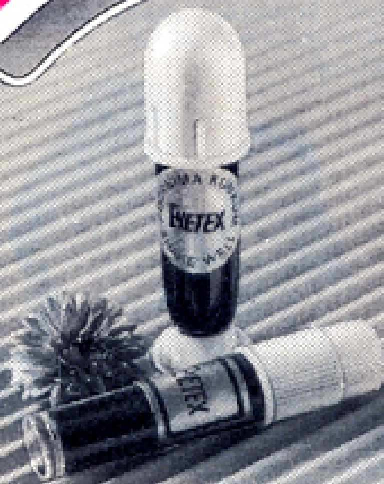
சமையல் கூப்பன்

பொருள்: பாயச வகை கடைசி தேதி: 15.11.'91

__________ என்ற தலைப்பில் சமையல் குறிப்பை இத்துடன் அனுப்பியுள்ளேன். இச் சமையல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும் எந்தப் புத்தகத்திலும் வெளியானதல்ல என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

கையொப்பம்

திங்கள் போன்ற முகத்திலே ஒளி சேர்க்கும் முத்திரை!







பெண்மையின் பெருமை
பெருகிட - இந்திய பண்பாட்டின்
வளமை கூடிட...

ஐடெக்ஸ்
பூர்ணிமா குங்குமம்

மங்கல சௌபாக்கியத்தின் சின்னம்

அரவிந்த் லாபரடரீஸ்,
சென்னை 600 033.

ஐடெக்ஸ் -50 ஆண்டுகளுக்கு மேலாக உங்கள் நம்பிக்கையின் மகத்தான சின்னம்

Imageads 3087 Tam

கதைக்குள் உறங்கும் உண்மைகள்

பல மலைகள் சூழ்ந்த ஒரு நாடு.

அந்நாட்டிலே ஒரு ஊர். ஒரு சமயம் அங்கு ஒருவன் இருந்தான். அவனிடம் ஓர் உயர்ந்த கல்லில் செதுக்கிய அழகு சொட்டும் சிலை ஒன்று இருந்தது. அதன் அருமை பெருமை அறியாத அவன், அதைக் குப்புறப் போட்டு, வீட்டின் வாசலிலே, ஓர் படிக்கட்டாக உபயோகப் படுத்தி, நடந்து வந்தான்.

ஒரு நாள், பக்கத்திலிருந்த நகரம் ஒன்றிலிருந்து ஒருவன் வந்து அவனுடன் தங்கினான். அச் சிலையின் நிலையைக் கண்டதும், அருமை அறிந்து, அச்சிலையைத் தனக்கு விற்றுவிட வேண்டினான். சிரித்தவாறே, அக் கிராமத்தான், ''எவன் இந்த அழுக்கு நிறைந்த உபயோகமற்ற கல்லை விலை கொடுத்து வாங்குவான்?'' என்றான்.

'நான் இக் கல்லிற்கு ஒரு வெள்ளிப் பணம் தருகிறேன். எனக்கு விற்று விடு இதை!'' என்றான் நகரத்தான்.

படு ஆச்சரியமும், அளவற்ற மகிழ்ச்சியும் அடைந்தான் கிராமத்தான். பணத்தை வாங்கிக் கொண்டான்.

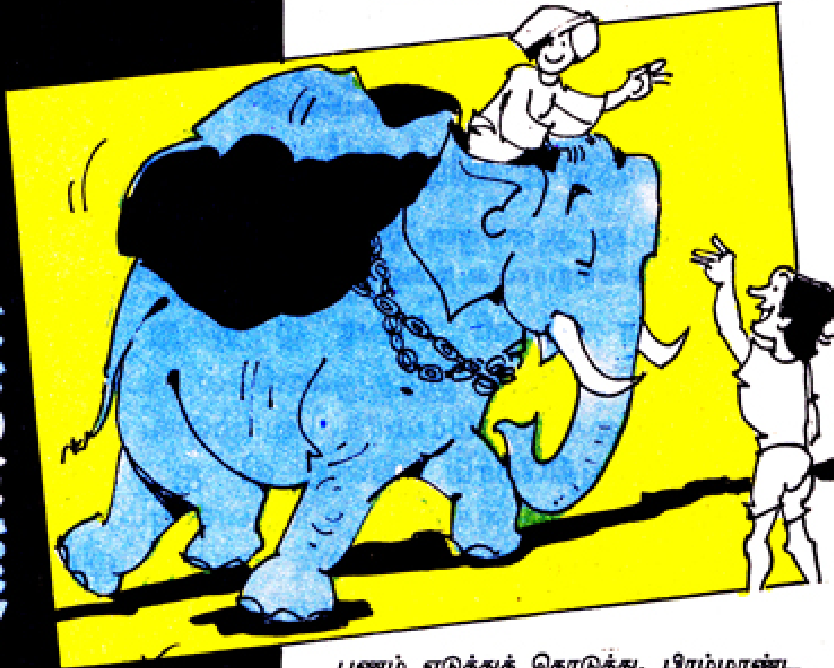
நல்ல யானையின் முதுகிலே ஏற்றப் பட்ட அக் கல்படிக்கட்டு நகரத்திற்குப் போயிற்று.

நடுவே பல நாட்கள் சென்றன.

கிராமத்தான் ஒரு நாள் அந்த நகரத்திற்கு ஓர் வேலையாகச் சென்றான். அந்நகரத்தின் பல வீதிகளிலே அவ்வூரின் அழகைக் காண நடந்து சென்றான். மனம் மகிழ்ந்தான்.

ஒரு தெருவிலே, ஒருவன், வருவோரையும் போவோரையும் பார்த்து, ''நல்ல நண்பர்களே! உள்ளே வாருங்கள். வந்து பாருங்கள். உலகிலேயே மிக அழகிய சிலை வைக்கப்பட்டுள்ளது. மிக அருமை வாய்ந்தது. அதைப்பார்ப்பதற்கு இரண்டே வெள்ளிப் பணம்தான் கட்டணம். மிகத் தேர்ந்த சிற்பி செய்த நளினம் வாய்ந்த அழகுச் சிலை இது. காணத் தவறாதீர்கள், கண்டு மகிழ்ச்சி அடையுங்கள்,'' என்று அழைத்தான்.

கிராமத்தான் உடனே இரண்டு வெள்ளிப்

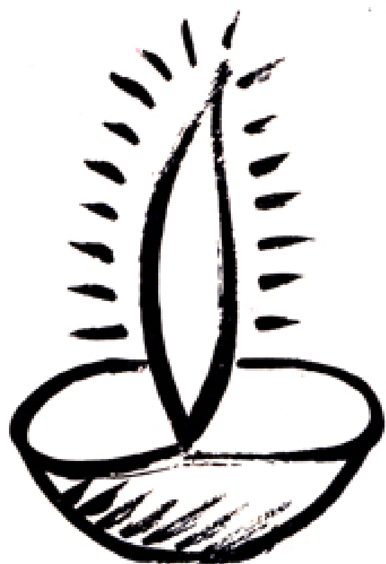


பணம் எடுத்துக் கொடுத்து, பிரம்மாண்டமான க்யூவிலே நின்று காண விரைந்தான். அவன் ஒரு வெள்ளிப் பணத்திற்கு விற்ற கல்லே, அச்சிலை!

புல்லிதழ்

அப்போது இலையுதிர் காலம். மரங்கள் எல்லாம் இலைகளைக் கீழே வர்ஷிக்கும் வேலைக்குத் தயாராக இருந்தன.

ஓர் புல்லின் சிறிய இலை, தன்மேல் வந்து விழுந்த ஓர் பழுப்பு இலைச் சருகைக் கண்டதும், அது, கடும் கோபத்துடன் சண்டையை ஆரம்பித்தது.



பண்டிகை நேரம். மகிழ்ச்சியும் உல்லாசமும் பொங்கும் நேரம்.

புதுப்புது ஆசைகள், இலட்சியங்கள் மற்றும் சுபிட்சம்
இவற்றால் உங்கள் இல்லம் பிரகாசிக்கட்டும்.

தீபாவளி வாழ்த்துக்கள்!

மகிழ்ச்சியான இத்தருணங்கள் உங்கள் எதிர் காலத்தை ஒளிமயமாக்கி வாழ்வை வளப் படுத்த வாழ்த்துகிறோம். இன்று ஜி. ஐ. சி, இதுவரையல்லாத வகையில் உங்களையும், உங்களது உடமைகளையும் பல வழிகளிலும் பாது காக்கிறது. பற்பல வகை காப்பீடு திட்டங்கள் மூலம் பரிபூரண பாதுகாப்பை வழங்குகிறது.

ஜி.ஐ.சி. வழங்கும் வாழ்த்துக்கள்

துணை நிறுவனங்கள்


நேஷனல் இன்ஷ்யூரன்ஸ் கம்பெனி லிமிடெட்


தி நியூ இந்தியா அஷ்யூரன்ஸ் கம்பெனி லிமிடெட்


தி ஓரியண்டல் இன்ஷ்யூரன்ஸ் கம்பெனி லிமிடெட்


யுனைடெட் இந்தியா இன்ஷ்யூரன்ஸ் கம்பெனி லிமிடெட்

SAS 22/91/TAM-A


ஜெனரல் இன்ஷ்யூரன்ஸ் கார்ப்பொரேஷன் ஆப் இந்தியா
தேசத்தின் சேவையில்

சௌக்கியமான, பாதுகாப்பான வாழ்வை நோக்கி

"மேலே இருந்து விழும்போது நீ ஏன் இவ்வளவு சப்தம் செய்கிறாய்? எனது மழைக்கலை இன்பக் கனாக்களை எல்லாம் சிதற அடித்து விட்டாயே?"

சருகு கடும் கோபத்துடன் பதிலுக்குக் கத்தியது.

"கேவலமாகப் பிறந்தவனே! கீழேயே வாழ்பவனே! கோபமே உருவான, ஆங்கார ரூபமான, சங்கீதமே தெரியாத ஓர் அற்பப் புல்லே! நீ மேலே ஆகாயத்திலே பவனி வரும் பூங்காற்றின் அலைகளிலே வளர்ந்தாயில்லை! சங்கீத நாதத்தை அறியாத பதரே!"

பிறகு அச் சருகு பூமியின் மீது புரண்டு விழுந்தது. நீண்ட தூக்கத்தில் அது ஆழ்ந்து போயிற்று.

வஸந்த காலம் பிறந்தது.

அந்த இலைச் சருகு கண் மலர்ந்தது. அது ஓர் பசிய புல்லின் இலையாக மாறி, இளந்தலையைத் தென்றலிலே மகிழ்ச்சியுடன் ஆட்டியது.

மீண்டும் இலையுதிர் காலம் வந்தது.

மழைக் காலத் தூக்கம் அப்புல்லை நெருங்கி வந்தது. அந்தச் சமயத்திலே, இந்தப் புல்லின் தலை மீது பலவிதமான உலர் இலைச் சருகுகள் பல வண்ண ஜாலங்களில் விழுந்த வண்ணம் இருந்தன.

மிக எரிச்சலுடன் இந்தப் புல் இலை முணு முணுத்தது.

"சேச்சே! இந்த இலைச் சருகுகள் இப்படித் தான்! இவைகள் விழும்போது என்ன சப்தம் செய்கின்றன! இவைகள் எனது பவித்ரமான மழைக்காலத்தின் இன்பம் நனி சொட்டும் துடிப்பான கனவுகள் எல்லாவற்றையும் சிதற அடித்து விடுகின்றன!"

கண்

ஒருநாள் கண் சொல்லிற்று - "இந்தக் கணவாய்களுக்கு வெகு அப்பால் நீலப்பனி பரவிய மலையைக் காண்கிறேன். அது மிக அழகாக இல்லையா?"

இதைக் காது கேட்டது. மிகக் கவனமாகக் கேட்ட பிறகு, அது, "எங்கே மலை இருக்கிறது? எனக்குக் கேட்கவில்லையே?" என்றது.

உடனே, கையானது, "என்னதான் நான் முயற்சித்தாலும், என்னாலே அந்த மலையைத் தொடவோ, ஸ்பரிசித்து உணரவோ முடியவில்லை! எங்குதான் மலை இருக்கிறது?" என்று பதிலுக்குக் கேட்டது.

பிறகு மூக்கு பேசியது, "அங்கு மலையே இல்லையாக்கும்! இருந்தால் என்னால் முகர்ந்து பார்க்க முடியுமே?"

அப்புறம் கண்ணானது வேறு புறம் திரும்பிக் கொண்டது.

உடனே மற்றவர்கள் கூடிப் பேசிக் கொண்டார்கள்.





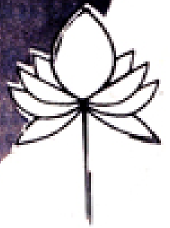
'இந்தக் கண்ணிற்கு வந்திருக்கிற கோளாறு என்னவாயிருக்கும்?'

விவாதம் அவர்களிடையே நடந்தது.

பிறகு அவர்கள், "இந்தக் கண்ணிற்கு ஏதோ ஆகிவிட்டது!" என்றே முடிவுக்கு வந்தார்கள்

கே.வி. நடராசன்,
'கலீல்கிப்ரான்' படைப்பில் இருந்து.

இம் மங்கலச்
சின்னத்திலிருந்து எழும்
நறுமணத்தை
உங்களால் உணர
முடிகிறதா ?





ஐடெக்ஸ்

திவ்யா குங்குமம்

ஆம் ! தெய்வீக மணம் வீசும் திவ்யா !
பல லட்சக்கணக்கான இந்திய மங்கையரின்
நம்பிக்கைக்குகந்த குங்குமம்.
நீங்கள் விரும்பும் நிறத்தில், நீங்கள் எதிர்பார்க்கும்
வெல்வெட் பளபளப்புடன்.

உங்கள் மென்மையான சருமத்திற்கு ஏற்றது
முற்றிலும் பாதுகாப்பானது.

ஐடெக்ஸ் - 50 ஆண்டுகளுக்கு மேலாக உங்கள்
நம்பிக்கையின் மகத்தான சின்னம்.



அரவிந்த் லாபரடரீஸ், சென்னை 600 033.

Imageads 3090 Tam



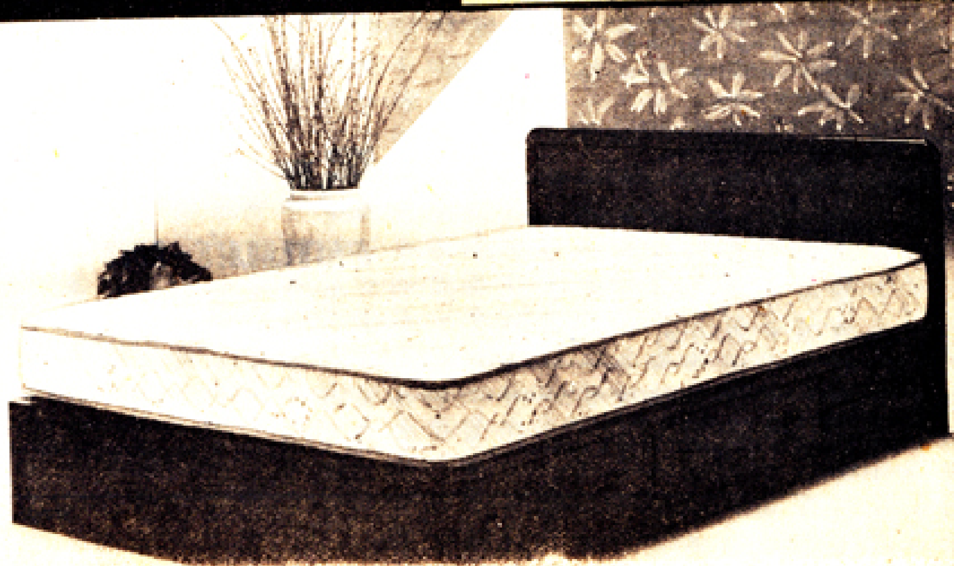
மாதம் ஒரு பொருளைத் தெரிந்து கொள்ளலாமே!

ஃபர்னிச்சர்

கண்ணைக் கவரும் வண்ண ரெக்ஸின் துணியினாலான சோஃபாவை வாங்கி வீட்டுக் கூடத்தில் வைத்து, தினமும் அதைப் பார்த்துப் பெருமைப்பட்டுக் கொண்டிருந்தாள் வசந்தா. ஆனால் அந்த சந்தோஷம் மூன்றே மாதங்கள்தான் நீடித்தது. அவளது நான்கு வயது வாண்டு அந்த சோஃபாவின் மேல் ஏறிக் குதித்த போது, அதில் ஒரு சின்ன கிழிசல் ஏற்பட்டது. அடுத்து வந்த மூன்று நாட்களிலேயே அந்தக் கிழிசல் சோஃபாவின் நீளத்திற்கு அதிகரித்து விட்டது. ''ஒரு குழந்தையின் குதிப்பைக் கூடத் தாங்க முடியாத சோபாவும் ஒரு சோபாவா?'' என்று அங்கலாய்க்கிறாள் வசந்தா.

''பெரிய மனிதர்கள் வீட்டின் வரவேற்பறையில் இருக்கும் குஷன் நாற்காலிகளைப் பார்த்து மயங்கி அதே போல உட்கார்ந்தாலேயே உள்ளே அழுந்தும் நாற்காலிகளை வாங்கிப் போட்டேன். கொஞ்ச நாளிலேயே அதன் மேற்பரப்பு சமமாக இல்லாமல் மேடுபள்ளங்கள் ஏற்பட்டு உட்கார்ந்தாலேயே உறுத்துகிறது'' என்று வருத்தப்படுகிறார் சுவாமிநாதன்.

கிோவுக்கு மேஜை அறையிலிருந்து



எதையாவது எடுக்க வேண்டும் என்றாலே வேப்பெண்ணையைச் சாப்பிடுவது போலிருக்கும். பின்னே என்ன, இழுப்பறையின் பிடி உடைந்து போய் மேஜைக்கு அடியில் கையை விட்டு முன்புறமாகத் தள்ளித்தான் இழுப்பறையை இழுக்க முடியுமென்றால் யாருக்குத்தான் எரிச்சல் வராது?

மற்ற சில பொருள்களைப் போல் அல்ல ஃபர்னிச்சர்கள். எப்போதோ ஒரு முறைதான் இவற்றை வாங்குகிறோம். நினைத்த போதெல்லாம் இவற்றை மாற்றிக் கொள்ள முடியாது. எனவே இவற்றை வாங்கும் போது சில முக்கியமான விஷயங்களை கவனத்தில் கொள்ளாமல் இருந்தாலோ, விலை குறைவு என்ற ஒரே காரணத்திற்காக தரம் குறைந்த பொருள்களை வாங்கினாலோ வாழ்நாள் முழுவதும் அவஸ்தைப்பட நேரிடலாம்!

ஃபர்னிச்சர் பற்றிய சில முக்கிய விஷயங்களைத் தெரிந்து கொள்ள 'ஜெயபாரதம் ஃபர்னிச்சர் அண்ட் அப்ளையன்ஸஸ் பிரைவேட் லிமிடெட்' நிறுவனத்தின் நிர்வாக இயக்குனர் திரு. ஈ. ராஜேந்திரனைச் சந்தித்தோம்.

''மரச் சாமான் வாங்கும் போது எந்த வித மரம் பயன்படுத்தப்பட்டிருக்கிறது என்பது மிக முக்கியம். தேக்கு, ரோஸ்வுட், ஸெடார், நாட்டு மரம் போன்றவைகளைப் பயன்படுத்துவது வழக்கம். தேக்கு உறுதியானது. பார்ப்பதற்கும் அழகாக இருக்கும். ஆனால் இதன் விலை அதிகம். முழுக்க முழுக்க மரத்தால் மட்டுமே செய்யப்படும் பொருள்களைத் தயாரிக்க நாங்கள் தேக்கு மரத்தையே பயன்படுத்துகிறோம். ஆனால் சோபா, குஷன் நாற்காலி போன்ற - மரம் வெளியே தெரியாத - பொருள்களைத் தயாரிக்க சில்வர் ஓக், வென்டீக் போன்ற மரவகைகளைப் பயன்படுத்துவோம்'' என்றார்.

சிலர் தரம் குறைந்த மர வகைகளைக் கூட நன்றாகப் பாலிஷ் செய்து உயர்ந்த ரக மரம் போல் தோற்றமளிக்கச் செய்து ஏமாற்றுகிறார்களே, இதைத் தடுக்க என்ன செய்யலாம்? உதாரணமாக தேக்கு மரத்தைப் பார்த்த உடனேயே இனம் கண்டு கொள்ள முடியுமா? என்ற கேள்விகளுக்கு ''சில வியாபாரிகள் அப்படி ஏமாற்றுவது உண்மைதான். ஆனால் பொது மக்களால் பார்த்தவுடனேயே மரங்களின் தரத்தை வேறு படுத்திச் சொல்ல முடியாது'' என்றார். ஆக இந்தப் பிரச்னை தீர ஒரே வழி ''இந்த மரச் சாமான் தேக்கு (அல்லது வேறு குறிப்பிட்ட உயர்வகை) மரத்தினால் செய்யப்பட்டது'' என்ற உறுதிமொழியை வியாபாரியிடமிருந்து எழுத்து மூலம் வாங்கிக் கொள்வதுதான் என்று தோன்றியது. ஏமாற்றப்பட்டால் பின்னாளில் நுகர்வோருக்கான நீதி மன்றங்களில் வழக்கு தொடுக்கவாவது இது உதவுமே.

ராஜேந்திரன்



''அதைவிட நல்ல வழி நெடுநாட்களாகப் பெயர் பெற்ற நிறுவனங்களில் இப்படிப்பட்ட மரச் சாமான்களை வாங்குவதுதான். இல்லாவிட்டால் சாதாரணமான மரத்தைக் கூட ஸ்டெயினர் எனப்படும் திரவத்தைத் தேய்த்து பளபளப்பேற்றி தேக்கு மரத்தைப் போலத் தோன்ற வைக்க முடியும்.''

ஒரு மரச் சாமானை வாங்கும் போது பல விஷயங்களை மனதில் கொள்ள வேண்டும். எதற்காக அதை வாங்குகிறோம்? அதை வைத்துக் கொள்ள வீட்டில் போதிய இடம் இருக்கிறதா? (தோராயமாக இல்லாமல் அந்த இடத்தை இஞ்ச் டேப் வைத்து அளந்து பார்த்து விட்டு பிறகு கடைக்குச் செல்லவும்) அந்தக் குறிப்பிட்ட மரச் சாமானில் ஏதாவது 'சௌகரியம்' (அகலமான கைப்பிடி கொண்ட நாற்காலி, ஆளுயரக் கண்ணாடி பதிக்கப்பட்ட ட்ரெஸ்ஸிங் டேபிள்) சேர்க்கப்பட வேண்டுமா? எந்தவிதமான வேலைப்பாடும் ஃபினிஷும் தேவை? போன்றவற்றையெல்லாம் ஓரளவாவது தீர்மானித்துக் கொண்டு பிறகு கடைக்குள் நுழைய வேண்டும்.

ரொம்பக் கலை நுணுக்கமான ஒரு மரச் சாமானை வாங்கி விட்டால் போதாது - அலங்கோலமாகப் பராமரிக்கப்படும் பின்னணியில் அந்த வேலைப்பாடு நிறைந்த மரச் சாமானே விநோதமாகத் தோன்றலாம்.

பொதுவாக புதிதாக வெட்டப்பட்டு வரும் மரத்தை விட நாளான பதப்படுத்தப்பட்ட மரம் சிறந்தது. ''என்றாலும் புது மரங்களால் மரச் சாமானைச் செய்திருந்தாலும் பாதகமில்லை. மரச் சாமான்களை விட ஜன்னல், கதவு போன்றவற்றிற்குத்தான் பதப்படுத்தப்பட்ட மரம் தேவை. இல்லையென்றால் அவை 'பிடித்துக் கொண்டு' பிரச்னை தரும்'' என்றார் ராஜேந்திரன்.

ஆமாம், மரத்தைப் பதப்படுத்துவது என்றால் என்ன என்கிறீர்களா? மரத்தி லுள்ள ஈரப் பசையை நீக்குவதைத்தான் அப்படிக் குறிப்பிடுகிறார்கள். அப்போது தான் வெட்டி எடுக்கப்பட்ட மரத்தில் சுமார் 60% ஈரப்பசை இருக்குமாம்.

மேஜைகளை வாங்கும் போது கவ னத்தில் கொள்ள வேண்டிய விஷயங்களும் உண்டு. மேஜையை இரண்டு, மூன்று சம இடங்களில் நிறுத்தி வைத்து அது ஆடாமல், சீராக நிற்கிறதா என்பதை உறுதி செய்து கொள்ள வேண்டும். இழுப்பறைகளை ஒரு முறைக்குப் பல முறைகள் இழுத்துப் பார்த்து சோதித்து அவை தடை இல்லாமல் இயங்குகின்றனவா என்பதையும் கவனிக்க வும். இழுப்பறைகளில் உள்ள ஜாயிண்ட்டு களில் போதிய பலமிருக்க 'டவ்டெயில்' எனும் இணைப்பு கொடுத்திருக்கிறார்களா என்பதையும் பார்க்கவும்.

நாற்காலிகள் வாங்கும் போது அவற் றில் உட்கார்ந்து பார்த்து சௌகரியமாக இருக்கிறதா என்பதைத் தீர்மானியுங்கள். ஆணிகள் குத்தாமல் உள்ளனவா என்பதை யும் நிச்சயம் செய்து கொள்ளுங்கள்.

பொதுவாகக் குஷன் நாற்காலிகளில் கீழே மரச் சட்டங்களும், மேலே ஃபோம், லேடக்ஸ் ரப்பர், தேங்காய் நார், பருத்தி போன்றவையும் இடம் பெறும். இந்தப் பொருள்கள் அதிகம் இடம் மாறாமல் இருக்கவும், இத்தகைய நாற்காலிகளுக்கு உறுதி அளிக்கவும் ஸ்ப்ரிங்குகள் பயன் படுத்தப்படுகின்றன. இந்த வகை நாற் காலிகளை வாங்கும் போது நல்ல தரமான ஸ்ப்ரிங்குகளும், ரப்பர் ஃபோமும் பயன் படுத்தப்பட்டிருக்கிறதா என்பதை உறுதி செய்து கொள்ள வேண்டும். குறைந்தபட்சம் மேல் பகுதியிலாவது தரமான ஃபோம் இருப்பது நல்லது. அப்போதுதான் மேடு பள்ளங்கள் மேல் பரப்பில் உண்டாகாமல் இருக்கும்.

குஷன் நாற்காலிகள், சோஃபா போன்ற வற்றில் ஆயுள் அவை கையாளப்படுவதி லும் தீர்மானிக்கப்படுகிறது. மேலே ஏறிக் குழந்தைகள் அடிக்கடி குதித்துக் கொண் டிருந்தால் அவற்றின் ஸ்ப்ரிங்குகள் உடைந்து விடலாம். ''கெட்டியான ஸ்ப்ரிங் குகளை வைக்கக் கூடாதா?'' என்று நீங்கள் கேட்கலாம். அப்படிப் பயன்படுத்தினால் தேவையான குஷன் எஃபெக்ட் கிடைக் காதே! பெரும்பாலான சோஃபாக்களின் மேல் பரப்பு ஒரு வருடத்திற்குள்ளேயே கிழிந்து விடுவதற்குக் காரணம் தவறான வடிவமைப்பு, தரம் குறைந்த ரெக்ஸினைப் பயன்படுத்துவது, சரியாகத் தைக்காமை ஆகியவைதான்.

பிரம்பு மற்றும் மூங்கில்கள் ஆகிய வற்றால் செய்யப்பட்ட சாமான்கள் விலை குறைந்தவை. ''பிரம்பு நாற்காலிகளுக்குத் தேவையான பிரம்பு முன்பு ஜாவாவிலிருந்து இறக்குமதி செய்யப்பட்டது. பிறகு அஸ் ஸாமிலிருந்து வரவழைக்கப்பட்டது. இப் போது தமிழ் நாட்டிற்கருகே உள்ள தடா என்ற இடத்திலிருந்து தருவிக்கப்படுகிறது. இது கொஞ்சம் தரம் குறைந்ததுதான். இப்படிப்பட்ட பிரம்பு மற்றும் மூங்கில் சாமான்களைக் கரையான் அரிக்காமலிருக்க அவ்வப்போது பெயிண்ட் அல்லது வார் னிஷ் அடித்துக் கொள்ள வேண்டும்.''

சாதாரணமாக எந்த வகை மரச் சாமான்கள் அதிகம் விற்கின்றன? ''கல் யாண சீஸனில் கட்டில்கள் மற்றும் டைனிங் செட்கள் அதிகம் விற்பனையாகும். மற்ற பொருள்களின் விற்பனை வருடம் முழு துமே சீராக இருக்கும். பொதுவாக வரவேற்பறையில் வைக்கப்படும் பொருள்களைத் தேர்ந்தெடுக்க மக்கள் அதிக நேரம் எடுத்துக் கொள்கிறார்கள். எந்த மரச் சாமானின் விலையும் அதற்குத் தேவைப் படும் மரம், மரத்தின் தரம், செய்யப்பட்டுள்ள கை வேலைப்பாடு ஆகியவற்றைப் பொறுத்து நிர்ணயிக்கப் படும். உதாரணமாக மேலே சொல்லப்பட்ட விஷயங்களைப் பொறுத்து ஒரு சோஃபா செட்டின் விலை 2,000 ரூபாயிலிருந்து 10,000 ரூபாய் வரை ஆகும். தடிமனான கைப் பிடிகள், வளைந்த கைப்பிடிகள் போன்ற வற்றிற்குத் தேவைப்படும் மரமும் அதிகம். அதனால் அப்படிப்பட்ட மரச் சாமான்களின் விலையும் அதிகம். எங்கள் நிறுவனத்தில் தங்களுக்கு வேண்டிய அளவில் குறிப்பாக ஆர்டர் செய்பவர்கள் அதிகம். இதற்காகவே வெளிநாட்டிலிருந்து பல கேட்லாகுகளை நாங்கள் வரவழைத்துள்ளோம். அவற்றைப் பார்த்துக் கூட வாடிக்கையாளர்கள் தேர்ந் தெடுக்கலாம், அதைப் போல் செய்து கொடுப்போம்.

உப்புமா கொழுக்கட்டை செய்யும் பொழுது அதன் நடுவில் ஒரு சிறிய வெல்லக்கட்டியை வைத்து மூடி உருட்டி வேகவைத்தால் குழந்தைகள் விருப்ப மாக சாப்பிடுவார்கள். - விஜயா.

சகல சந்தர்ப்பங்களுக்கும் பெருமையான பரிசுகள்

உங்கள் மனங்கவரும் சில வசீகரமான பரிசுகளை நாங்கள் குறிப்பிட்டுக் கூறவா. பெறுபவருக்கு பேரானந்தத்தை அளியுங்கள். இரண்டு பேருக்கு கச்சிதமாக அமையும் ஒரு டீ செட் பற்றி யோசித்து பாருங்கள். ஒரு சிறப்பான காலையுணவு செட் அல்லது மிக நேர்த்தியான ஒரு காஸரோல். இவைகள் பல சிறந்த பரிசுகளில் ஒரு சில ஆகும். எல்லாமே சேலம் ஸ்டெயின்லெஸால் உருவாக்கப்பட்டதாகும். நாட்டின் மேன்மையான ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல். நீங்கள் வாங்குவது அசலானதுதான் என்பதை உறுதிபடுத்த சேலம் ஸ்டெயின்லெஸால் உருவாக்கப்பட்ட ஒவ்வொரு பொருட்களின் பின் புறத்திலும் அதன் தரத்தின் முத்திரையை பாருங்கள். உங்கள் ஆனந்த அன்பளிப்பு வாழ்நாள் முழுவதும் மனதில் நிலைத்து நிற்கும் பரிசாகும் என்பதை இது உத்தரவாதமளிக்கிறது.



ஆயுட்கால தரத்தின் சின்னம்.

சேலம் ஸ்டெயின்லெஸ்



மத்திய விற்பனை அமைப்பு
ஸ்டீல் அத்தாரிட்டி ஆஃப் இந்தியா லிமிடெட்
நாட்டின் தேவைக்கு நல்ல எஃகு

குறிப்பிட்ட தயாரிப்புகளுக்கு அங்கீகாரம் பெற்று சின்னத்தைப் பயன்படுத்துபவர்கள்: கிழக்கு: கிருஷ்ணா புரோசிங் கம்பெனி, கல்கத்தா • விளிப்கான் & அசோசியேட்ஸ், கல்கத்தா • வடக்கு: அசோக் மானுபாக்சரிங் கோ. பி.லிட்., புது டெல்லி • விஜய் இண்டஸ்ட்ரீஸ், புது டெல்லி • மேற்கு: கிராப்ட்ஸ்வேர் (இந்தியா) பி.லிட்., பம்பாய் • பஞ்சஷீல் என்ஜினீயரிங் ஒர்க்ஸ், பம்பாய் • க்ரோனிக்கல் அப்ளையன்ஸஸ் பி.லிட்., பம்பாய் • வி.கே. சர்ஜிக்கல்ஸ் இந்தூர் • ஜோதி இண்டஸ்ட்ரீஸ், பம்பாய் • இந்தியா மெட்டல் இண்டஸ்ட்ரீஸ், பம்பாய் • அசோக் அயர்ன் கிச்சன் ஃபேப்ரிகேட்டர்ஸ், ராஜ்கோட் • மாமல் மெட்டல் இண்டஸ்ட்ரீஸ், பம்பாய் • நீலம் மெட்டல் இண்டஸ்ட்ரீஸ், பம்பாய் • தெற்கு: ஹோப் (இந்தியா), சென்னை • விஸ்வநாத் மெட்டல்ஸ் & அல்லாய்ஸ், சென்னை.

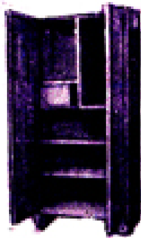
Mudra: Cal: SAIL: 3291 Tam

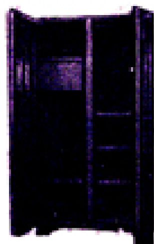
ஸ்டீல் பீரோ வாங்குமுன்...

"நடுத்தர மற்றும் ஓரளவு ஏழை மக்கள் வாங்கும் முதல் ஸ்டீல் சாமான் பெரும்பாலும் பீரோவாகவே இருக்கும். திருடர்கள் மற்றும் பூச்சிகள் ஆகியவை களிடமிருந்து தங்கள் உடைமையைப் பாது காத்துக் கொள்வதற்காக பீரோவை வாங்கு கிறார்கள். ஃப்ளாட்டுகளில் கூட நிறைய பெட்டிகளை வைத்துக் கொள்வதற்குப் பதிலாக ஒரு பீரோவை வைத்துக் கொண் டால் சௌகரியம் - இடமும் மிச்சமாகும்" என்று தொடங்கினார் சென்னை மயிலாப்பூ ரில் உள்ள "சத்யா ஃபர்னிச்சர்" நிறுவ னத்தின் சீஃப் எக்ஸிக்யூடிவான திரு. ஜி. சந்தானபதி.

அவர் கூறிய முதல் எச்சரிக்கை "குறைவு என்பதற்காக மட்டும் ஒரு ஸ்டீல் பீரோவை வாங்கி விடாதீர்கள். விலை குறைவு என்றால் பெரும்பாலும் தரக் குறைவு என்றுதான் அர்த்தம்" என்பதுதான். தான் கூறியதை நியாயப்படுத்தும் விதமாக சில தொழில் நுட்பங்களை விளக்கத் தொடங்கினார்.

"கோத்ரெஜ் மற்றும் எங்களைப் போன்ற ஏழெட்டு தரமிக்க நிறுவனங்கள் 18 'கேஜ்' (gauge) பருமனுள்ள ஸ்டீல் தகடு களைத்தான் பீரோ செய்யப் பயன்படுத்து வோம். இத்தகைய பீரோக்கள்தான் உறுதி யானவையாக இருக்கும். 78 X 36 X 19 என்ற





ஸ்டாண்டர்ட் அளவு கொண்ட இத்தகைய பீரோவின் விலை சுமார் நாலாயிரம் ரூபாய். இரண்டாயிரம் ரூபாய்க்கெல்லாம் விற்கும் பீரோக்கள் 24 அல்லது 26 'கேஜ்' கொண்ட மெல்லிய ஸ்டீல் தகடுகளினால் செய்யப் பட்டவையாக இருக்கும் ('கேஜ்' எண் ணிக்கை அதிகரிக்க அதிகரிக்க, தகட்டின் பருமன் குறைகிறது என்று பொருள்!)

"மக்கள் பெரும்பாலும் பீரோ வாங்குவது இட வசதிக்காகவும், பூச்சிகளி லிருந்து துணிகள் போன்றவற்றைப் பாது காக்கவும்தான். அதற்கு எந்த வகை ஸ்டீல் பீரோவாக இருந்தால் என்ன?" என்று கேட்டோம்.

"அந்தக் கோணத்தில் பார்த்தால் கூட மெல்லிய பீரோக்கள் அலட்சியம் செய்யப் பட வேண்டியவையே. பொதுவாகப் பெரிய நிறுவனங்கள் தயாரிக்கும் பீரோக் களின் கதவுகள் 18 கேஜ் கொண்டவை யாகவும், மற்ற பாகங்கள் 20 கேஜ் கொண் டவையாகவும் இருக்கும். இவ்வளவு தடிம னான இரும்புத் தகடுகளை வெட்டத் தேவைப்படும் கட்டிங் கருவியின் விலை சுமார் ஒன்றரை லட்சம் ரூபாய். மேலும் ஸ்டீலை மடிக்கத் தேவைப்படும் கருவியின் விலையும் அதிகம்தான். இதனால் 18 கேஜ் கொண்ட பீரோக்களை இப்படிப்பட்ட கருவிகள் கொண்ட பெரிய நிறுவனங் களால்தான் தயாரிக்க முடிகிறது. அதே சமயம் 24 கேஜ் கொண்ட இரும்புத்தகட்டை வெட்ட கூர்மையான கத்திரிக்கோலே போதும். அதனால் சிறிய நிறுவனங்கள் இப்படிப்பட்ட மெல்லிய இரும்புத் தகடு களால் பீரோக்களைத் தயாரிக்கிறார்கள்.

சரியான கருவிகள் இல்லாமல் இப்படித் தயாரிக்கப்படும் பீரோக்களில் ஸ்டீல் தகடுகள் பிசிறு இல்லாமல் வெட்டப்பட்டிருக்காது. ஸ்டீல் மடிப்புக் களில் வளைவு மற்றும் சிறு துவாரங்கள் தோன்றக்கூடும். இதனால் சிறு பூச்சிகள் உள்ளே போகவும் வாய்ப்பு உண்டு" என்று கூறியவர் இருவித பீரோக்களையும் நமக்குக் காண்பித்துத் தான் சொன்னதை உறுதி செய்தார்.

"புறநகர்ப் பகுதிகளில் எல்லாம் திருடர்கள் பீரோவை உடைத்து அதில் உள்ள நகை, புடைவைகளையெல்லாம் எடுத்துச் சென்று விடுவதாக அடிக்கடி செய்திகள் வருகிறதே, அதற்கு இது போன்ற மெல்லிய தகடுகளாலான பீரோக்களும் ஒரு முக்கிய காரணம். கதவின் மேற்புறத்தில் சுத்தியலால் நாலு தட்டு தட்டினால் மெல்லிய தகடு வளைந்து விடும். பிற கென்ன, திருடர்களுக்கு வேலை சுலபம் தானே. இப்படி விலை குறைவு என்ப தற்காக இப்படிப்பட்ட பீரோக்களை வாங்கி விட்டுத் தங்கள் வாழ்க்கைச் சேமிப்பு

ரீகல்

சொட்டு நீலம் வழங்கும் 1001 பரிசுகள்

வெள்ளி விழா போட்டி

ரீகல் சொட்டு நீலம் தயாரிப்பாளர்கள் உங்கள் ஆதரவினால் இப்பொழுது வெள்ளி விழா காண்கிறார்கள். இந்நன்நிகழ்ச்சியையொட்டி உங்களுக்கு வருகிறது
<u>ரீகல் சொட்டு நீலம் வெள்ளி விழா போட்டி !</u>

முதல் பரிசு	: ஒரு 5பவுன் தங்க நெக்லஸ்
இரண்டாவது பரிசு	: ஒரு கலர் டி.வி.
மூன்றாவது பரிசு	: ஒரு ப்ரிட்ஜ்
நான்காவது பரிசு	: ஒரு வாஷிங் மெஷின்
ஐந்தாவது பரிசு	: மூன்று வெட்கிரைண்டர்கள்
ஆறாவது பரிசு	: நான்கு மிக்ஸிகள்
ஏழாவது பரிசு	: 990 நபருக்கு தலா 10 கிராம் எடையுள்ள வெள்ளி காசுகள்

போட்டியின் விவரங்கள்

1. டி.வி.யில் வரும் 'சொட்டு நீலம் டோய்...' விளம்பரப்படத்தில் மிகச் சிறந்த நான்கு காட்சிகளை குறிப்பிடுக.
2. இரண்டாவதாக பின் வரும் வாக்கியத்தை மொத்தம் 25 வார்த்தைகளுக்கு மிகாமல் பூர்த்தி செய்யுங்கள்

'நான் ரீகல் சொட்டு நீலம் உபயோகிப்பது ஏனென்றால் ....'

இந்த இரண்டு கேள்விகளுக்கும் விடைகளை ஒரு போஸ்ட் கவரில் எழுதி கீழ்கண்ட முகவரிக்கு அனுப்புங்கள். கவரில் ''ரீகல் சொட்டு நீலம் வெள்ளி விழா போட்டி'' என்று குறிப்பிட வேண்டும். மறக்காமல் உங்கள் விலாசத்தையும் எழுதுங்கள்.

நிபந்தனைகள் :

எங்கள் நான்கு அளவுகளில் உள்ள ஏதேனும் ஒரு பாட்டிலில் உள்ள ஒரு ரீகல் சொட்டு நீலம் லேபிளை இணைத்து அனுப்பவும்
விடைகள் வந்து சேர வேண்டிய கடைசி நாள் : 31-1-1992
நடுவர்கள் தீர்ப்பே முடிவானது.

விடைகள் அனுப்ப வேண்டிய முகவரி :

The Southern India
Trading Agencies (India)
P.B. No.133,
Coimbatore - 641 001
Marketers of Regaul Blue
and Liquid Ultramarine Blue



ரீகல்

என்ன வெண்மையோ!
ஆஹா! என்ன வெண்மையோ!

SRI RAGHAVENDRA

மொத்தத்தையும் இழந்து விட்டு நிற்பவர்களைப் பார்க்கும் போது பரிதாபமாக இருக்கிறது'' என்றார்.

''அதெல்லாம் சரி, பொது மக்களுக்கு இந்த 'கேஜ்' பற்றி என்ன தெரியும்? அப்படியே தெரிந்து கொண்டாலும் ''இது 18 கேஜ் தகடுகளால் செய்யப்பட்ட பீரோ தான்'' என்று வியாபாரி சொன்னால் அது உண்மைதான் என்பதை எப்படி உறுதி செய்து கொள்வது?'' என்றோம்.

''அதற்கு ஒரு வழி இருக்கிறது. 18, அல்லது 20 கேஜ் பீரோவின் எடை சுமார் 100 கிலோ இருக்கும். மெல்லிய தகடுகளிலான பீரோவின் எடையோ 25 விருந்து 40 கிலோதான் இருக்கும். பீரோவின் எடை என்ன என்று கேளுங்கள். பிறகு அதை உறுதி செய்து கொள்ளுங்கள். பிரச்னை தீர்ந்து விடும்'' என்றார்.

எடையைப் பார்ப்பது இருக்கட்டும். பீரோவின் பக்கவாட்டில் நின்று கொண்டு பீரோவை லேசாக உங்கள் பக்கமாகச் சாயுங்கள். மெல்லிய தகடுகளாலான பீரோவை உங்கள் பக்கம் சுலபமாகச் சாய்க்க முடியும். 18 கேஜ் பீரோவை அப்படிச் சாய்ப்பது கஷ்டமான காரியம்.

இரும்புத் தகடு மட்டுமல்ல, தரமான லாக்' மற்றும் ரெட் ஆக்ஸைட், துருவைப் போக்க அமிலம், பிறகு ஐ.எஸ்.ஐ. முத்திரை பெற்ற தரமான பெயிண்டிங் ஆகியவையும் பீரோவின் விலையில் மாறுபாடு ஏற்படுத்துவது உண்டாம்.

''பீரோக்களில் பலவித புது டிசைன்கள் வந்திருக்கின்றன. முக்கிய பத்திரங்கள், நகைகள் ஆகியவற்றை வைத்துக் கொள்ள ரகசியத் தட்டுகள் சில வகைகளில் உண்டு. இந்தத் தட்டுகள் இருப்பதே கண்ணுக்குத் தெரியாது. 'ராஜா, ராணி பீரோ' என்று ஒன்றும் விற்பனைக்கு வந்துள்ளது. இரண்டு கைப்பிடிகள், இரண்டு பூட்டுக்கள் என்றிருக்கும் இதை இரண்டு பேர் தனித் தனியாகப் பயன்படுத்தலாம்.'' என்றவர் தங்கள் நிறுவனம் அறிமுகப்படுத்தியுள்ள புதுவித நாற்காலி ஒன்றையும் பெருமையுடன் நமக்குக் காட்டினார். ஆறுவித கோணங்களில் சாயக்கூடிய இந்த நாற்காலியில் நேராக உட்காரலாம், ஈஸி-சேர் போல சாய்ந்தும் உட்கார்ந்து கொள்ளலாம், நீளமாகக் கட்டில் போல் ஆக்கிக் கொண்டு படுத்தும் கொள்ளலாம். இதன் விலை சுமார் ரூபாய் 1,600/- தான்! நாற்காலியின், கைப்பிடியைச் சிறிது சிறிதாகத் தூக்கி விட்டாலே வேண்டிய கோணம் கிடைக்கிறது.

- ஜி. எஸ். எஸ்.

மிளகு - 2 டீஸ்பூன்,
தனியா - 2 டீஸ்பூன்,
ஓமம் - 30 கிராம்,
கண்டந் திப்பிலி - சிறிதளவு,
சீரகம் - 2 டீஸ்பூன்,
சுக்கு - 20 கிராம்,
ஏலக்காய் - 2,
நெய் - 50 கிராம்,
வெல்லம் - 70 கிராம்.

மருந்துப் பொருட்களைப் பொடி செய்து பின்னர் 10 - 15 நிமிடங்கள் வரை ஊறவைத்துப் பின்னர் மசிய அரைத்துக் கொள்ளவும். அதைக் கெட்டியாக கரைத்துக் கொண்டு பாத்திரத்தில் கொட்டி அடுப்பில் ஏற்றி அடி பிடிக்காமல் கிளறவும். தண்ணீர் வற்றிய பின் வெல்லத்தைச் சேர்த்து பின் நெய் ஊற்றி பாத்திரத்தில் பிடிக்காமல் துவளும் பதத்தில் இறக்க வேண்டும். ஆறிய பின் சுத்தமான பாத்திரத்தில் வைத்து கை படாமல் ஸ்பூனினால் தேவைப்படும் பொழுது எடுத்தால் பல நாட்கள் வரை உபயோகப்படும்.

பண்டிகைகளில் குழந்தைகள் முதல் பெரியவர் வரை அனைவருக்கும் அதிக உற்சாகம் அளிப்பது தீபாவளி பண்டிகை தான். என்னதான் விலைவாசிகள் உயர்ந்து கொண்டே போனாலும் தீபாவளிக்குப் புதுத் துணிகள் வாங்குவதும், பலகாரங்கள் செய்வதும் இன்றியமையாத ஒன்றாகி விட்டது.

பட்டாசு, துணிமணி, பல வகை பட்சணங்கள் இவற்றையெல்லாம் அப்படியே கடைபிடித்து வரும் நாம் தீபாவளி மருந்தினை மட்டும் ஒதுக்கி விடுகின்றோம். தீபாவளி மருந்து என்றாலே ஓடி ஒளியும் குழந்தைகள் மட்டுமல்ல. பெரியவர்களும்

தீபாவளி மருந்து எதற்கு?



இருக்கின்றனர். இவர்களை விடாப்பிடியாக துரத்தும் பாட்டிமார்களும் இருக்கின்றனர். இந்தத் தீபாவளி மருந்து என்பது எதனால் கட்டாயப்படுத்தப்படுகின்றது? அதன் முக்கியத்துவம் என்ன?

தீபாவளி அன்று நாம் செய்யும் செயல்களை எண்ணிப் பாருங்கள். முதலில் தீபாவளி வருவது மழைக் காலத்தில். தீபாவளி வாரத்திலாவது மழை பெய்து குழந்தைகளை பட்டாசும் கையுமாக அலைய வைக்கும். தீபாவளியன்று அரை இருட்டில் எழுந்து எண்ணெய் தேய்த்துக் குளித்து, புத்தாடை அணிந்து பட்டாசு வெடிக்கிறோம். உடனே இந்தத் தீபாவளி மருந்து தரப்பட்டு அதன் பிறகே தின்பண்டங்கள் கொடுக்கப்படுகின்றன. இதனைத் தொடர்ந்து மதிய விருந்து. உறவினர் நண்பர் வருகை. அல்லது நாம் அங்கு செல்லுதல் இப்படியாக வயிற்றுக்கு அதிக வேலை கொடுக்கின்றோம். இது தீபாவளியைத் தொடர்ந்து ஒரு வாரம் நடைபெறுகின்றது

ஆக மழைக் காலத்தில் உடல்நலம் கெடாமலும், இப்படி மனம் போல் நாம் கொள்ளும உணவு அஜீரணம், டயோரியா, வயிற்றுவலி என்று நம் உடல் கெட்டு விடாமல் காப்பதற்காகவும்தான் முன்னெச்சரிக்கையாக வைத்திய சிரோன்மணிகளான நம் முன்னோர்கள் 'வரும் முன் காப்போனாக தீபாவளி மருந்தை கொடுத்து வருகின்றனர்.

இந்த மருந்தின் பயன்தான் என்ன?

சுக்கு : சுக்கிற்கு மிஞ்சிய மருந்தில்லை என்ற வாக்கு வழக்கில் இருப்பதில் இருந்தே இதன் முக்கியத்துவத்தை உணரலாம். இது அஜீரணத்தைப் போக்கி விடும். நாவின் சுவையின்மையை நீக்கும். நெஞ்செரிச்சலை தவிர்க்கும். ஜுரம், தொண்டைக் கட்டு போன்றவை ஓடி விடும். பசியைத் தூண்டும். இரத்தக் கொதிப்பைக் கட்டுப் படுத்தும்.

மிளகு : பல் சொத்தையைத் தவிர்க்கும். ஈறுகளைப் பலப்படுத்தும். (தீபாவளி நேரத்தில் அவசியம் அல்லவா) தொண்டை கரகரப்பை நீக்குகின்றது. உடல் வலி, வயிற்று வலி, வாந்தி, தலைபளு முதலிய வற்றை நீக்கும். தெளிவு பிறக்கும். இது உடலுக்கு ஒரு டானிக்.

தனியா : மனக் கோளாறுகளைக் கூட குணமாக்கக்கூடிய மருந்து எனக் குறிப்பிடப் படுகின்றது. மேலும் வாந்தி, விக்கல், நாவறட்சி, ஏப்பம், தலைச் சுற்றல், வாய்த் துர்நாற்றம் ஆகியவற்றை நீக்கும்.

சீரகம் : வயிறு உப்புசம், கல்லீரல் சம்பந்தப்பட்ட நோய்கள், உடல்வலி, ஈரல் நோய், வயிற்று வலி போன்றவற்றை நீக்கும் குணம் கொண்டது.

திப்பிலி : வயிற்றுப் போக்கினைக் கட்டுப்படுத்தும். குளிர்ஜுரத்தினை நீக்கும்.

ஏலக்காய்: தொண்டை, வாய், கீழ்வாய் போன்றவற்றில் உண்டாகும் நோய்களைத் தீர்க்கும். நெஞ்சுச் சளி அகற்றும். அஜீரணத்தை அகற்றி பசியைத் தூண்டும். ஞாபக சக்தி அதிகரிக்கும். டயோரியா, படபடப்பு, உடல் சோர்வு, மனச் சோர் வினை நீக்கும்.

வெல்லம் : பித்த சம்பந்தமான நோய்களைத் தவிர்க்கும்.

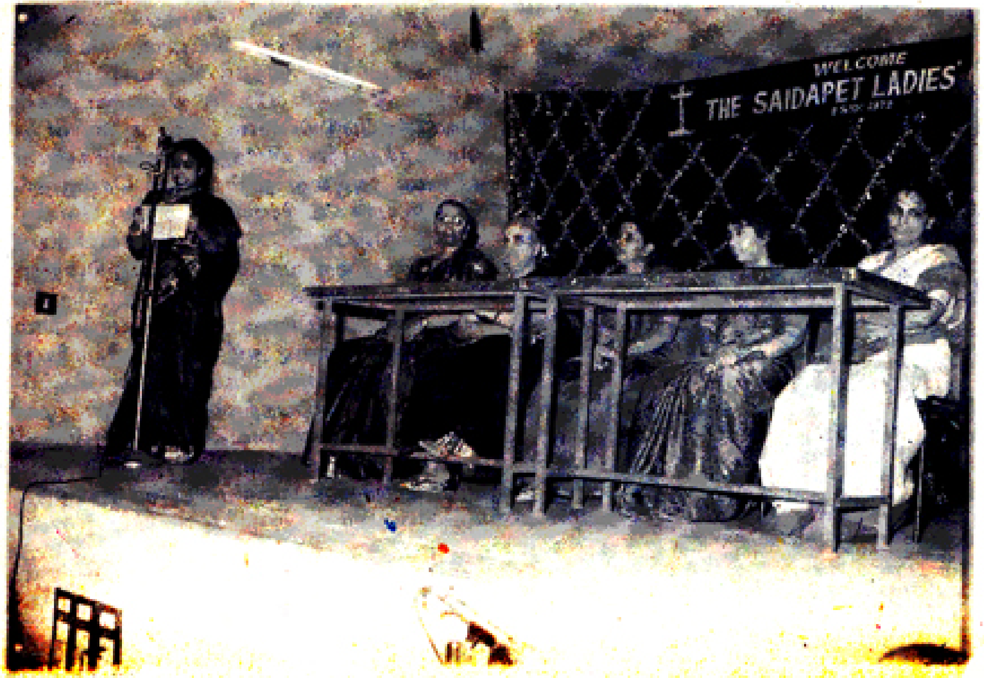
நெய் : சத்துணவு. உடல் புண்களை ஆற்றும்.

இப்பொழுது சொல்லுங்கள். இத்தனை சிறந்த தீபாவளி மருந்தை ஒதுக்கிப் பின்னர் அவதிப்படுவது தேவைதானா?

- டாக்டர். கமலி

சைதாப்பேட்டை மாதர் சங்கம்

எங்கள் சங்கத்தின் 20 வது ஆண்டு விழாவும், கண்காட்சியும், 28.9.91 சனிக் கிழமை சைதாப்பேட்டை ஜெயகௌரி கலியாண மண்டபத்தில் நடந்தது. திருமதி வி. ஜி. பாரிஜாதம் பன்னீர்தாஸ் அவர்கள் கண்காட்சியைத் திறந்து வைத்தார். மாலை ஆண்டு விழாவிற்கு டாக்டர் கமலி ஸ்ரீபால் அவர்கள் தலைமை வகித்து, ஆண்டு விழா மலரை வெளியிட்டார். திருமதி மஞ்சுளா ரமேஷ் அவர்கள் முதல் பிரதியைப் பெற்றுக் கொண்டார். திருமதி சாந்தா ராமானுஜம் எழுதின 'ஊறுகாய் முதல் சூப் வரை' என் னும் சமையற்கலைப் புத்தகத்தை, திருமதி பாகீரதி நடராஜன் வெளியிட திருமதி விஜயா முரளி முதல் பிரதியைப் பெற்றுக் கொண்டார். திருமதி லலிதா ராமஸ்வாமி செயலாளர் ஆண்டு அறிக்கை வாசித்தார். திருமதி கௌசல்யா விஜயராகவன் நன்றி யுரை கூறினார்.



ஊறுகாய் முதல் சூப் வரை

மாவடு ஊறுகாய், வாழைத் தண்டு ஊறுகாய், ஜெல்லி வகைகள், மக்காச்சோள சூப் போன்ற 100 வகைக் குறிப்புக்கள். ஆசிரியர் : சாந்தா ராமானுஜம்.

விலை ரூ. 30.00

(ஏ. சாந்தா ராமானுஜம், 53 பெருமாள் கோயில் தெரு, சைதாப்பேட்டை, சென்னை - 15).

பிரிவோம் சந்திப்போம் - பகுதி -1

பிரிவோ... சந்திப்போம் - பகுதி - 2

காதலை அழுத்தமாகப் பின்னிய நாவல்கள். ஆசிரியர் சுஜாதா.

பாகம் - 1 - விலை ரூ. 20.00
பாகம் - 2 - விலை ரூ. 30.00

கமலாம்பாள் சரித்திரம்

பி. ஆர். ராஜமய்யரின் புகழ்பெற்ற அமரச் சித்திரம்

விலை ரூ. 30.00

மத்யமர்

மத்யதரக் குடும்பத்தினரின் உணர்வுகளைச் சித்திரிக்கும் சிறுகதைகள். ஆசிரியர் சுஜாதா. விலை. ரூ. 20.00

தேவியின் கருணை

திருமுருக கிருபானந்த வாரியாரின் தெய்வீகக் கட்டுரைகள்

விலை ரூ. 10.00

நீதிக் கதைகள்

ஸ்ரீ காஞ்சி காமகோடி பீடாதிபதி ஜகத்குரு ஸ்ரீஜெயேந்திர சரஸ்வதி சுவாமிகள் அருளியவை.

விலை ரூ. 10.00

(ஆறும் - குமரிப் பதிப்பகம், 8, நீலா தெற்கு வீதி, நாகப்பட்டினம் - 611001)

டாக்டர் அம்பேத்கார்

டாக்டர் அம்பேத்காரின் வாழ்க்கை வரலாறு. ஆசிரியர் ஆதிரையார்.

விலை ரூ. 18.00

பாவேந்தர் பாரதிதாசன்

ஆதிரையார் எழுதியுள்ள பாவேந்தரின் வாழ்க்கை வரலாறு

விலை ரூ. 13.00

புக் ஷெல்:ப்

ஒரு பிடி வைரம்
சுஜாதா விஜயராகவன்
வானதி பதிப்பகம்



தந்தை பெரியார்

தந்தை பெரியாரின் வாழ்க்கை வரலாறு. ஆசிரியர் - ஆதிரையார்.

விலை ரூ. 12.50

ருது ஜாதக ரகசியங்கள்

பரிகாரங்களும் அடங்கியது. ஆசிரியர் - முருகடிமை துரைராஜ்.

விலை ரூ. 14.00



(நான்கும் - குமரன் பதிப்பகம், 2, முத்துகிருஷ்ணன் தெரு, தி. நகர், சென்னை-600 017)

ஒரு பிடிவைரம்

சுஜாதா விஜயராகவனின் வித்தியாசமான சிறுகதைகள்

விலை ரூ. 16.00

துளசியின் பயனும், காய்கனி மருத்துவமும்

ஆசிரியர் : சம்பந்தம்

விலை ரூ. 7.00

இவர்கள் இன்று சந்தித்தால்...!

வெவ்வேறு காப்பியத்தின் பாத்திரங்கள் சந்தித்தால் என்ன பேசுவார்கள்? சுவையான உரையாடல்களை அமைத்துள்ளவர்கள் - மு. சாயபு மரைக்காயர், சா. நசீமா பானு.

விலை ரூ. 9.00

கல்கத்தா

குரும்பூர் குப்புசாமி கல்கத்தா சென்று வந்த சுவையான அனுபவங்கள்.

விலை ரூ. 18.00

கோட்டைபுரத்து வீடு

மர்மம் நிறைந்த சரித்திரப் பின்னணி கூடிய புதுமையான நாவல். ஆசிரியர் - இந்திரா சௌந்தர்ராஜன்.

விலை ரூ. 35.00

(ஐந்தும் - வானதி பதிப்பகம், 13, தீனதயாளு தெரு, தி. நகர், சென்னை - 600 017)

சுபமுகூர்த்த நாள் வைப்பது எப்படி?

ஆசிரியர் - எஸ். ராஜகோபாலன்

விலை ரூ. 5.00

நட்சத்திர குணபாவங்கள்

அவரவர்க்குரிய நட்சத்திரங்களைக் கொண்டு குணங்களையும், பலன்களையும் கூறுகிறார் எஸ். ராஜகோபாலன்.

விலை ரூ. 6.00

(ஜோதிஷ கலைமணி, 31-ஏ, ஈசுவர தாஸ் லாலா தெரு, திருவல்லிக்கேணி, சென்னை - 600 005.)

நடுத்தர பட்ஜெட் வீடுகளுக்கான நல்ல பிளான்கள்

பாகம் - 2 விலை ரூ. 30.00

தொகுப்பு : மணிமேகலைப் பிரசுர ஆசிரியர் குழு

தபேலா வாசிக்கக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள்

ஆசிரியர் - ஸ்ரீ எஸ். பாலச் சந்திர ராஜு

விலை ரூ. 19.00

வீணைவாசிக்கக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள்

ஆசிரியர் : ஸ்ரீ எஸ். பாலச்சந்திர ராஜு

விலை ரூ. 30.00

ஞாபக சக்தி இல்லையா?

ஆசிரியர் : தமிழ்வாணன்

விலை ரூ. 9.50

பல பொருள்களின் தயாரிப்பு இரகசியங்கள்

தொகுப்பு : மணிமேகலைப் பிரசுர ஆசிரியர் குழு

விலை ரூ. 11.00

(ஐந்தும் - பதிப்பு : மணிமேகலைப் பிரசுரம், த.பெ. எண் 1447, 4, தணிகாசலம் சாலை, தி. நகர், சென்னை - 17).

தெரிந்தவன்! இனிப்பும்...

தீபாவளி வருகிறதென்றால் சகோதரிகளுக்குக் கொண்டாட்டம்தான். ஆனால் சில சகோதரிகளுக்கு மனதை நெருடும் சமாசாரம். தனியாக ஸ்வீட், காரம் செய்தாக வேண்டுமே? என்பதுதான். செய்தாலும், கரெக்டாக பக்குவப்படி வர வேண்டுமே! மைசூர்பாகு செய்ய 'செங்கல்'லாய் வந்தால் என்ன செய்ய? கேக் செய்ய, 'சோப் கட்டி போல்' வந்தால்?! தவிக்க தேவையில்லை. ''இதோ பட்சணங்கள் பழைய வையே. என்றாலும், யாரிடமும் கேட்கப் போகாமல், இந்தக் கட்டுரையைப் படித்தே அருமையான ஸ்வீட் காரத்தோடு, தீபாவளியைக் கொண்டாடி விடலாமே!



மைசூர் பாகு :

சிலருக்குக் கல் போல மைசூர்பாகு வரும். சிலருக்கு, மைசூர் பாகில் கடலை மாவு வாசனை வரும். சில சமயம் மைசூர் பாகை வாயில் போட்டால் 'மண்' போல நறநறவென்று சர்க்கரை வாயில் கிடைக்கும்.

இக் குற்றங்கள் எதுவுமில்லா அருமையான ''மைசூர் பாகு'' செய்ய வழி :

ஒரு கிளாஸ் கடலை மாவை, வெற்று வாணலியில் இட்டு, கொஞ்சம் வறுக்கவும்.

டால்டா விட்டுச் செய்வதானால் டால்டாவை ஒரு அடுப்பில் நன்றாகக் காய வைத்து ஊற்ற முடியும். நெய்யில் செய்பவர்கள் மைசூர்பாகு செய்யத் தொடங்கிய பிறகே வெண்ணையைக் காய்ச்ச வேண்டும்.

1 கிளாஸ் கடலை மாவிற்கு 1 கிளாஸ் அல்லது 1¼ கிளாஸ் நெய் தேவை. (டால்டா)

ஓர் அடிகனமான உருளி (அ) வாணலியை அடுப்பில் வைத்து 2½ கிளாஸ் சீனி போட்டு 1¼ கிளாஸ் நீர் விட்டு, சர்க்கரை சுத்தமாகக் கரைய வேண்டும். அடுப்பை அவசியம் சிறியதாய் எரிய விட வேண்டும். அடியில் சிறிதளவு கூட சர்க்கரை இருக்கக் கூடாது. அப்போதுதான் கடலை மாவைக் கொட்ட வேண்டும். கட்டிகள் தட்டாவண்ணம் கிளறிக் கொண்டே இருக்கவும். இப்போது, வெண்ணையைக் காய்ச்சவும். (அ) டால்டாவை சூடாக்கவும். ஒவ்வொரு கரண்டியாக நெய்யை மாவில் ஊற்றும் போதும், கலவை 'கர்'ரென்று பொங்க வேண்டும். எல்லா நெய்யும் தீர்ந்த பிறகும் கிளறிக் கொண்டே இருக்கவும். இப்போது கிளறும் போது சோப் நுரை போல் வந்து, டக்டக்கென்று பொத்தல்கள் வரும். இதுவே பதம். நெய் தடவிய தட்டில் கொட்டவும். சமப்படுத்தவும். 5 நிமிடத்தில் துண்டங்கள் போடவும்.

மைசூர்பாகின் மேல் சர்க்கரை தூவி அலங்கரிக்கலாம். உள்ளே சிவப்பாக

ஹோட்டல் மைசூர்பாகு போல் வேண்டும் என ஆசைப்பட்டால், இன்னும் இரண்டே நிமிடம் அதிகம் கிளறிக் கொட்டவும். இம்முறையில் செய்த 'மைசூர்பாகை' சாப்பிட்டால் தெரியும் ருசி. வாயில் போட்டால் கரையும். 'மைசூர்பாகை உடைக்க கத்தியல் கொண்டா' என்று யாரும் ஜோக் அடிக்க முடியாது உங்கள் வீட்டில்.

பர்பி :

சிலர் பர்பி செய்கிறேன் என்று தேங்காய் துருவியது, சர்க்கரை இரண்டையும் கலந்து, (ஈஸியானது என்பதால்) அவசரமாகக் கிளறி, கொட்டி விடுவார்கள். வாயில் போட்டுக் கொண்டால் தேங்காயையும், சர்க்கரையையும் தனித்தனியாக அள்ளி வாயில் போட்டுக் கொண்டது போலிருக்கும்.

துருவிய தேங்காயை, சிறிது பால் சேர்த்து நைஸாக அரையுங்கள். (1 தேங்காய்க்கு, 1 கிளாஸ் பால் போதும்) அரைக்கும் போது உரித்த ஏலத்தையும் போடுங்கள். இப்போது உருளியில் சர்க்கரை, நெய் 1 கப், (1 கிளாஸ் துருவலுக்கு 1 கிளாஸ் சர்க்கரை என்ற விகிதம்) அரைத்த விழுதைப் போட்டுக் கிளறி, பாத்திரத்தில் ஒட்டாமல் வரும் போது நெய் தடவிய தட்டில் கொட்டி, சீவிய முந்திரியால் அலங்கரிக்கவும்.

கிரீன், ஆரஞ்சு ஏதோ ஒரு கலரைக் கலந்தும், கிளறலாம்.

ஹைதர் அலி காலத்து 'பர்பி'தான் என்றாலும், நீங்கள் சொன்னால்தான் பர்பி என்று அவர்களுக்குத் தெரியும். பார்க்கக் கலராக, அழகாக, புதுப் பண்டம் போல் அல்லவா தோற்றமளிக்கும்.

மைதா கேக் :

செய்வது மிக எளிது. ஆனால் கவனம் அவசியம். 1 கப் மைதா, 1 கப் நெய் (அ) ¾ கப் நெய், 2 கப் சீனி, 4 சொட்டு ரோஸ் எஸென்ஸ் இவை தேவை. கலர் தேவையெனில் ஏதாவது ஒரு கலர் சிறிதளவு.

ஒரு வாணலியில் நெய் விட்டு மைதாவைப் பொரிக்க வேண்டும். அதே நேரத்தில் மற்றொரு பெரிய வாணலியில் 2 கப் சர்க்கரை போட்டு, நீர் விட்டு, வண்ணப் பொடி, ரோஸ் எஸென்ஸ் போட்டு பாகு காய்ச்சவும். பாகு கட்டாயம் கம்பிப் பதம் வர வேண்டும். முன்னால் எடுத்தாலும் வராது. கம்பிப் பதத்திற்கு மேல் அதிகம் தாண்டினாலும் 'சோப் கட்டி போல்' வந்து விடும்.

கம்பிப் பதம் வந்ததும் அடுப்பை அணைத்து வறுத்த மைதாவைக் கொட்டவும். (கொட்டும் போது பொங்கினால் கரெக்ட் பதம்) அடுப்பை எரிய விட வேண்டாம். கிளறிக் கொண்டே இருந்தால், பாத்திரத்தில் ஒட்டாமல் கேக் வரும் போது, நெய் தடவிய தட்டில் கொட்டி, வாழை இலையால் சமன்படுத்தவும். 10 நிமிடத்தில் துண்டு போடவும். வாயில் போட்டால் ஐஸ்கிரீம் போல் கரையும் இந்த கேக்.

அதிக ருசி தேவைப்படுபவர்கள் கிளறிக் கொண்டிருக்கும் போது, 1 கப் மாவிற்கு 50 கிராம் சீனி இல்லா கோவா கலந்து கிளறவும்.

அதிக அழகு வேண்டும், என்று தோன்றினால் இரண்டு வர்ண, மூவர்ண கேக்குகள் தயாரிக்கலாம்.

சர்க்கரைப் பாகில் பச்சை வர்ணம் ஒருமுறை, சிவப்பு (அ) ஆரஞ்சு நிறம் ஒருமுறை, கலர் போடாமல் ஒருமுறை செய்து, தாம்பாளத்தில் கீழே பச்சை, அடுத்து சிவப்பு (அ) ஆரஞ்சு, அடுத்து வெண்மை என்று மேன்மேலே கொட்டவும். 10 நிமிடம் கழித்து துண்டு போடவும். ஒவ்வொரு கலரும் கொட்டும் போது இலையால் சமப்படுத்தவும். கத்தியால் ஆழமாகத் துண்டு போடவும். சதுர, செவ்வக, டைமன் என்று எந்த வடிவத்திலும் வெட்டலாம். மூவர்ண கேக் பார்க்க அழகோ அழகு.



அவல் பொரி உருண்டை பிடிக்கும் போது உருண்டைகள் கடைசி வரை பிடிக்க முடியாமல் போகும். பாகு சர்க்கரை வெட்டாகப் போய் உதிரியாக நின்றுவிடும் பொரிகளைச் சூடான பாலில் ஊற வைத்துக் குழந்தைகளுக்குக் குடிக்கக் கொடுத்தால் குதூகலமாகக் குடிப்பார்கள்.

– கிரிஜா

பால் கேக் :

ஒன், டு, த்ரீ, ஃபோர் எனப்படும் பால் கேக் செய்வது மிக எளிது. நெய் ஒன்று தேங்காய் இரண்டு, சர்க்கரை மூன்று, பால் நான்கு இவை அனைத்தையும் கலந்து, கிளறிக் கொண்டே இருக்க வேண்டும். பாத்திரத்தில் ஒட்டாமல் சுருண்டு வரும் போது நெய் தடவிய தட்டில் கொட்டி, மேலே முந்திரி, வெள்ளரி விதை, செர்ரிப் பழம் என்று எவைகளால் வேண்டுமானாலும் அலங்கரிக்கலாம். தேவையான வர்கள் ஏலப் பொடி சேர்த்துக் கிளறலாம். தேங்காயைத் துருவி, மிக்ஸியில் மை போல் அரைத்துப் பின் கிளறினால் இன்னும்

வார்த்தைகள் வேண்டாம் வர்ணிக்க... கண்களே போதும்.



ஜடெக்ஸ் காஜல் சுப்ரீம்

கவிதை பாடும் கருவிழிகள்.....
மனதை கொள்ளை கொள்ளும்
கூர் விழிகள். அதன் ரகசியத்தை
உணருங்கள் இப்பொழுது.





அரவிந்த லாபரடரீஸ்,
சென்னை 600 033.

ஜடெக்ஸ் -50 ஆண்டுகளுக்கு மேலாக உங்கள் நம்பிக்கையின் மகத்தான சின்னம்

Imageads 3089 Tam

சுவையாய் இருக்கும்.

குஞ்சா லாடு :

100 கிராம் கடலை மாவு, 200 கிராம் சர்க்கரை, இதுவே விகிதம். சர்க்கரைப் பாகு நல்ல கம்பிப் பதம் (கம்பிப் பதத்திற்கு, சற்று கூடுதல்) பூந்தி கரகரவென்று வேக வேண்டாம். சற்று முன் எடுக்கவும்.

ரவை லாடு :

வறுத்து அரைத்த ரவைப் பொடி 1 கிளாஸ், சர்க்கரைப் பொடி 1¼ கிளாஸ், அப்போதுதான் வாயில் போட்டால் இனிப்பாய்த் தெரியும்.

காரத்திற்கு மேல் மாவின் விகிதங்கள் :

கரகரவென்று வாயில் போட்டால் கரையும் காரத்திற்கு கீழ்கண்ட விகிதத்தில் மாவைக் கலக்க வேண்டும்.

ரிப்பன், ஓமப்பொடி :

அரிசி மாவு 2 கப்பும், கடலை மாவு 2 கப்பும் ரிப்பனுக்கும், 2 கப் அரிசி மாவும், 4 கப் கடலை மாவும் ஓமப் பொடிக்கும் தேவை.

முள்ளு தேன்குழல் :

1 கப் அரிசி மாவு, 1 கப் மேல் மாவு. மேல் மாவு : கடலைப் பருப்பு, பயத்தம் பருப்பு இரண்டையும் வறுத்துக் கலந்து அரைத்தது.

உளுத்தம் தேன்குழல் :

10 கப் அரிசி மாவு, 1 கப் உளுத்தம் பருப்பைச் சிவக்க வறுத்து அரைத்த மாவு.

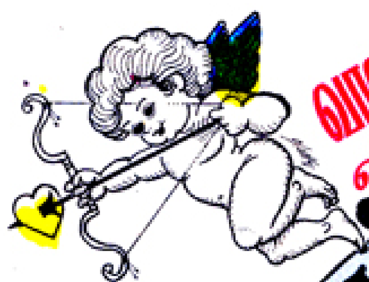
காராச் சேவல் :

3 கப் கடலை மாவு, 1 கப் அரிசி மாவு. இதே கலவைதான் 'காரா பூந்தி' செய்யவும் தேவை.

எல்லா காரங்களுக்குமே டால்டா (அ) வெண்ணை போட்டுப் பிசைந்தால் கரகர வென்றும் வாசனையோடும் இருக்கும்.

- கமலா ஜானகிராமன்

படம் : ஓம் சுப்ரமணியன்



இந்த தீபாவளித் திருநாளில் லக்ஷ்மியை இல்லத்துக்கு அழைத்து செல்வம் கொழிக்கச் செய்யுங்கள்



லக்ஷ்மி மோட்டார் கிரெடிட் — 80 வருடங்களாக இயங்கி வரும், ரூபாய் 1000 கோடி மதிப்புள்ள TVS குரூப்பின் ஓர் அங்கம். உங்கள் தனிப்பட்ட தேவைகளுக்கேற்றபடி பிரத்தியேகமாக திட்டமிடப்பட்ட டெபாசிட் திட்டங்களை LMC அளிக்கிறது.

வரும் விழாக் காலத்தில், LMC டெபாசிட் அக்கவுண்டில் முதலீடு செய்யுங்கள். லக்ஷ்மியை உங்கள் இல்லத்துக்கு அழைத்துச் செல்வதுடன் ஒரு சிறப்பு தீபாவளிப் பரிசையும் பெறுங்கள். நீங்கள் தேர்ந்தெடுக்க இதோ, மூன்று LMC திட்டங்கள்.

லக்ஷ்மி ஐஸ்வர்யம்

இன்றைய எக்ஸிக்யூடிவ்களை மனதிற்கொண்டு உருவாக்கப்பட்டுள்ள லக்ஷ்மி ஐஸ்வர்யம் டெபாசிட் அக்கவுண்ட் மூலம் வருடத்திற்கு நீங்கள் 22 சதவிகிதம் வரை (க்யுமுலேட்டிவ் ஆதாயம்) வருமானம் பெறலாம்.

லக்ஷ்மி கல்யாணம்

உங்கள் மகளுடைய திருமணத்துக்கும் மற்ற நீண்டகால தேவைகளுக்கும் திட்டமிட்ட வசதியான நீண்ட கால டெபாசிட் திட்டம். மொத்த தொகையாக 20 வருடங்களுக்கு டெபாசிட் செய்தால் (குறிப்பிட்ட கால வரையறைகளில் புதுப்பித்தல் + மூல வரிப்பிடித்தம் இவற்றுக்கு உட்பட்டு) இது 20 மடங்குகளுக்கும் மேல் பெருகி விடும்.

லக்ஷ்மி சம்பூர்ணம்

ஓய்வுகால வாழ்வைப் பற்றி திட்டமிடுபவருக்கென்றே உருவாக்கப்பட்டுள்ள டெபாசிட் அக்கவுண்ட் இது. உங்களுக்குத் தேவைப்படும் மாத வருமானம், உங்கள் வயது இவற்றை எங்களிடம் கூறினால் நீங்கள் டெபாசிட் செய்ய வேண்டிய தொகை, காலம் பற்றி நாங்கள் கூறுகிறோம்.

சிறப்பு
தீபாவளிப்
பரிசு
(Oct 15 – Nov 15)



லக்ஷ்மியை இல்லத்துக்கு வரவழையுங்கள்

லக்ஷ்மி மோட்டார் கிரெடிட் லிமிடெட், CVR பில்டிங்ஸ், 12, ஹோசூர் ரோடு, பெங்களூர் — 560 027. போன் — 211483/211274
பதிவு அலுவலகம்: 8, ஹாடோஸ் ரோடு, ஜெயலக்ஷ்மி எஸ்டேட்ஸ், சென்னை — 600 006. போன் — 472233/472657

சிறப்பு அம்சங்கள் : ● 15 சதவிகித வட்டி ● பின் தேதியிட்ட வட்டி வாரண்டுகள் ● 24 மாதங்களுக்குப் பின் எப்போது வேண்டுமானாலும் தொகையை திரும்ப பெறும் சுதந்திரம் ● டெபாசிட்டுக்கு எதிரே 75 சதவிகித கடன் வசதி ● NRI டெபாசிட்டுகள் ஏற்கப்படும்

TSMcCANN/LMC/31/91

இம்மாத இல்லத்தரசி

பொருள் : ஸ்பெஷல் உணவு

முதற் பரிசு:

விவிக்கா

தேவையான பொருட்கள் :
நல்ல தரமான இட்லி அரிசி - ½ கிலோ,
பால் மிகுந்துள்ள, சுமாராக முற்றிய தேங்காய் - 1,
அஸ்கா சர்க்கரை - 200 கிராம்,
முட்டை - 3,
நெய் - 200 கிராம்,
கிராட்சை - 25 கிராம்,
முந்திரி - 25 கிராம்,
சோம்பு - 1 டீஸ்பூன்,
உப்பு - தேவைக்கேற்ப.

செய்முறை :

1. முதலில் அரிசியை நெல், கல், குப்பை இல்லாமல் சுத்தம் செய்து, சுமார் நான்கு (அ) ஐந்து மணி நேரம் ஊற விடவும்.

2. தேங்காயை உடைத்து, சிறு சிறு துண்டுகளாக்கி, மிக்ஸியில் (அ) ஆட்டுர லில் போட்டு தூளாக்கிக் கொள்ளவும்.

3. அரிசியைக் கழுவி, களைந்து, தூளாக்கப்பட்ட தேங்காயுடன் தேவையான அளவு உப்பு சேர்த்து கரகரப்பாகச் சிறிது கெட்டியாக (இந்தக் கரகரப்பு பதம்தான் முக்கியமானது) கேழ்வரகு (அ) கடுகு அளவில் நொய்யாக இருக்குமாறு அரைக்க வும்.

4. இவ்வாறு கரகரப்பாக அரைத்த மாவை, வாய் அகன்ற ஒரு பாத்திரத்தில் வழித்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.

5. முட்டைகளை உடைத்து, வெள் ளைக் கருவை நன்றாக அடித்து, பிறகு மஞ்சள் கருவையும் சேர்த்து கலக்கி மாவில் ஊற்றி மீண்டும் கலக்கவும்.

6. சர்க்கரையும் சேர்த்து, கரையும் வரை கலக்கவும்.

7. கல், குச்சி இல்லாமல் சோம்பை சுத்தம் செய்து, உள்ளங்கையில் வைத்து, இரண்டு கைகளாலும் சேர்த்து, தேய்த்து, பிறகு கலவையுடன் சேர்த்துக் கலக்கவும்.

8. அடுத்து, கிராட்சை, முந்திரியில் ⅓ பாகத்தை எடுத்து, சிறு சிறு துண்டு களாக்கி, கலவையில் சேர்த்துக் கலக்கவும்.

9. எல்லாப் பொருட்களையும் சேர்த்த பின், மீண்டும் நன்கு கலக்கி, உப்பு சரியாக இருக்கிறதாவெனச் சரிபார்த்து, சுமார் அரை மணி நேரம் அப்படியே மூடி வைத்து விட வேண்டும். (நேரம் அதிகமானால் புளித்து விடும். அதிகம் புளிக்கக் கூடாது.)

10. பிறகு இரும்பு வாணலியை அடுப்

பில் வைத்து இரண்டு ஸ்பூன் நெய் விட்டு, காய விடவும்.

11. நெய் காய்ந்ததும், இரண்டு கரண்டி (சுமார் 200 கிராம்) மாவை ஊற்றவும். ½ (அ) ¾ அங்குல உயரம் போல இருக்கு மாறு மாவு ஊற்றிக் கொள்ளலாம்.

12. மீதமுள்ள 2/3 திராட்சை, முந்திரி யில், கொஞ்சம் எடுத்து, சிறு சிறு துண்டு களாக்கியோ அல்லது முழுதாகவோ மாவின் மேற்பரப்பில், குறுக்கும், நெடுக்கு மாக, விரும்பிய கோணங்களில் பதித்து வைக்கவும்.

13. மீண்டும் ஒரு ஸ்பூன் நெய் எடுத்து மாவினைச் சுற்றி வார்க்கவும்.

14. பிறகு இட்லி கொப்பரை, மூடி யைப் போன்ற அமைப்புள்ள மூடியால் மூடி தணலை வெகுவாகக் குறைத்து விட வேண்டும்.

15. இரண்டு (அ) மூன்று நிமிடங்கள் சென்று, வெந்து, வாசனை வரும் போது மூடியைத் திறந்து அதனை திருப்பிப் போட்டு, மீண்டும், இரண்டு ஸ்பூன் நெய் விட்டு மூடி விடவும்.

16. அதே போல, மீண்டும், இரண்டு (அ) மூன்று நிமிடம் சென்ற பின், முற் றிலுமாக வெந்துள்ளதா என்று சுத்தமான, கூர்மையான குச்சி (அ) முள் கரண்டியால் குத்திப் பார்க்கவும். வெந்து விட்டால் குச்சி (அ) முள் கரண்டியில் மாவு ஒட்டக் கூடாது.

17. வெந்தபின் எடுத்து, விருப்பப்பட்ட வடிவில் அளவில் வில்லைகளாக்கி, சூடாக பரிமாறவும். மீதமுள்ள மாவையும் இவ்வாறே செய்து வில்லைகளாக்கி கொள்ளவும்.

18. பதமாக சமைக்கப்படுமானால், கவர்ச்சியான பொன்னிறத்தில், 'கேக்' போன்ற அமைப்புடன், அனைவரையும் வசீகரிக்கக் கூடியது.

பின் குறிப்பு : அவரவர் விருப்பப்படி திராட்சை, முந்திரி, சர்க்கரை (நெய்க்குப் பதில் ரிபைண்ட் ஆயில்) அளவுகளைக் கூட்டிக் கொள்ளலாம். 3 (அ) 4 பேர் சாப் பிடலாம்.

- திருமதி, பாலின் இன்ஸ்லி நடராஜ்,
சேலம் - 8.







இரண்டாம் பரிசு :

ஃபைவ் ஸ்டார் நான் * * * * *

தேவையான பொருட்கள் :

மைதா - 4 ஆழாக்கு,
வெண்ணெய் - 150 கிராம்,
உப்பு - இரண்டு சிட்டிகை,
பேக்கிங் உப்பு - மூன்று சிட்டிகை,
பால் ஏடு - 2 டேபிள் ஸ்பூன்.



To

அழகிய, நறுமண கூந்தல்
வேண்டுவோர்க்கு



பதமாக பாலை காய்ச்ச பாவையருக்கு ஏற்ற
பாங்கான ஒரு மில்க் பாய்லர்

Murugan
MILK BOILER



- பரிசளிக்க சிறந்தது
- உபயோகத்திற்கு எளிதானது
- சேலம் AISI 304 எவர்சில்வர் தகட்டில் வடிவமைக்கப்பட்டது.

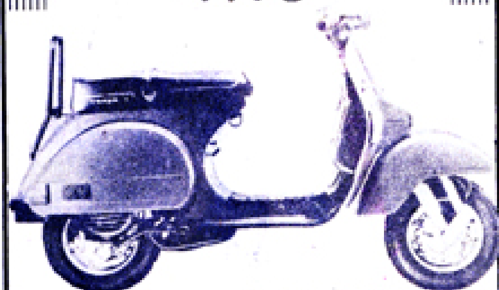
இணையற்ற எமது மற்ற தயாரிப்புகள்

○ இட்லி குக்கர் ○ தோசைதிருப்பி
○ குழிக்கரண்டி ○ சாஸ்பான்
○ அன்னவெட்டு ○ சட்டுவம்

அனைத்து முன்னணி பாத்திர விற்பனை யாளர்களிடம் கிடைக்கும்.

முருகன் மெட்டல் இண்டஸ்ட்ரீஸ்
8/1, பொன்னப்ப செட்டி தெரு,
சென்னை-3. போன்: 582182

LML vespa
விலையில் குறைந்தது தொழில் நுட்பத்தில் சிறந்தது



- சர்வீஸ் செய்ய எல் எம் எல்லின் - பயிற்சி பெற்ற என்ஜினியர்கள்
- சுலபமாக கிடைக்கும் உதிரி பாகங்கள்

சுலப தவணைகள். ஃபைனான்ஸ் வசதி செய்து தரப்படும். முழு இன்ஷுரன்ஸ், ரெஜிஸ்டிரேஷன், ஆயுட்கால வரி உட்பட.

உங்களின் தேவைக்கேற்ப பல மாடல்களில் விருப்பத்திற்கேற்ப பல வண்ணங்களில் உடனே கிடைக்கும் ஒரே இடம்

பிள்ளை & சன்ஸ்

144, கிரீம்ஸ் சாலை, சென்னை—600 006.
தொலைபேசி: 473150/475854

T/P&S 2004

ஏலப் பொடி -
(மூன்று ஏலக்காய்களைப்
பொடி செய்து கொள்ளவும்),
ஓரங்கள் நீக்கப்பட்ட
பிரெட் வில்லைகள் - 3,
தேன் - அரை கப்,
முந்திரிப் பருப்பு - 15,
கிஸ்மிஸ் - 25 கிராம்,
செர்ரீஸ் - 10,
தேங்காய்த் துருவல் - ½ மூடி.

செய்முறை :

மைதா, பேக்கிங் உப்பு இரண்டையும் கலந்து சலித்துக் கொள்ளவும். பின்னர் உப்பு, பால் ஏடு, வெண்ணைய் மைதாவோடு சேர்த்துப் பிசையவும். பிசையும் போது கொஞ்சமாக நீர் சேர்த்து நன்றாகப் பிசையவும். ஒரு மெல்லிய மஸ்லின் துணியை (அல்லது மெல்லிய வேஷ்டி கிழிசல் துணியும் போதுமானது) தண்ணீரில் நனைத்துப் பிழிந்த பிறகு அந்தத் துணியில் பிசைந்த மாவை வைத்து சுருட்டி மூட்டை போல் பண்டில் செய்யவும். பின்னர் மாவு மூட்டையை ஒரு எவர் சில்வர் டப்பாவில் வைத்து மூடி வைக்கவும்.

மூன்று அல்லது நான்கு மணி நேரம் கழித்து மாவை வெளியே எடுத்து அதில் ஓரம் நீக்கிய பிரெட்டையும், ஏலப் பொடியையும் சேர்க்கவும். பிரெட்டை கையால் உதிர்த்தது போல் பிய்த்துப் போடவும். பின்னர் மீண்டும் மாவை (மாவு, பிரெட், ஏலப்பொடி சேர்த்த கலவையை) நன்றாகப் பிசையவும். முந்திரி, கிஸ்மிஸ், செர்ரீஸ் மூன்றையும் பொடிப் பொடியாக அரிந்து கொள்ளவும்.

பின்னர் பெரிய உருண்டையாக மாவைப் பிய்த்துக் கொள்ளவும். (இரண்டு சப்பாத்தி செய்வதற்குண்டான அளவான மாவு ஒரு நான்க்குத் தேவையானதாக எடுத்துக் கொள்ளவும்). அதை நன்றாகப் பந்து போல தேய்த்து உருட்டிக் கல்லில் வைத்து பெரிய வட்டமாக இடவும். அதை இரண்டாக மடித்து அரை வட்டமாக்கவும். அந்த அரை வட்ட நானின் மேல் தேனை ½ டீஸ்பூன் விட்டுத் தடவி விடவும்.

பின்னர் தேனின் மேல் நறுக்கி வைத்துள்ள முந்திரி, கிஸ்மிஸ், செர்ரீஸ், தேங்காய்த் துருவல் சிறிது எல்லாமாகத் தூவி விட்டு அதை கால் வட்டமாக மடித்து அழுத்தாமல் நீவியது போல் இட்டுப் பரத்தவும். பின்னர் அடுப்புத் தீயில் தயாராக உள்ள தோசைக் கல்லில் போட்டு இரண்டு பக்கமும் நெய் விட்டு வாட்டி எடுக்கவும். இப்பொழுது ஃபைவ் ஸ்டார் நான் ரெடி. 4 ஆழாக்கு மைதாவுக்கு 15 நான் சப்பாத்திகள் கிடைக்கும். இதற்குத் தொட்டுக் கொள்ள ஜாம் அல்லது ஃப்ரூட் மில்க் ஷேக் ஏற்றது.

ஃப்ருட் மில்க் ஷேக் :

வாழைப் பழம் - 3,
மாம்பழம் (அ) பப்பாளி -1,
பால் - ¾ லிட்டர்,
சர்க்கரை - தேவையான அளவு.

இவற்றை மிக்ஸியில் இட்டு அடித்து மிக்ஸ் செய்து எடுத்தால் ஃப்ருட் மில்க் ஷேக் ரெடி. இந்த மில்க் ஷேக்கை முன்னதாகவே செய்து குளிர்சாதனப் பெட்டியில் எடுத்து வைத்துக் கொள்ளலாம். ஃபைவ் ஸ்டார் நான் ரெடியானதும் நானும், மில்க் ஷேக்குமாகப் பரிமாறுங்கள். வேண்டுமானால் மில்க்ஷேக்கின் மேல் ஜெல்லீஸ் துண்டுகளைத் தூவி அழகுபடுத்தலாம்.

- சுமதி ரவீந்திரன், சென்னை - 18.

* தும்கூரிலுள்ள என் தங்கை வீட்டிற்குச் சென்றிருந்த சமயம் அவள் தாயார் செய்த மிளகாய்ப் பொடி மிகவும் ருசியாய் இருந்தது. அதை மங்கையர் மலர் வாசகிகளுடன் பகிர்ந்து கொள்ள எண்ணி இதை எழுதுகிறேன். கடலைப் பருப்பு 1 கரண்டி, துவரம் பருப்பு 1 கரண்டி, உளுத்தம் பருப்பு ½ கரண்டி, மிளகாய் 100 கிராம், கொப்பரை 1, கொத்துமல்லி 1 கட்டு, பெருங் காயம், உப்பு, புளி, வெல்லம் 1 சிட்டிகை.

பெருங்காயம், பருப்புகள், மி. வற்றல் இவற்றை எண்ணெயில் வறுத்து எடுத்துக் கொண்டு அத்துடன் கொப்பரை, உப்பு, புளி, ஒரு சிட்டிகை வெல்லம் ஆய்ந்த கொத்துமல்லி இவைகளைப் போட்டு இடித்து (அ) மிக்ஸியில் அரைத்து வைத்துக் கொண்டால் இட்லி, தோசை, சப்பாத்தி இவற்றுடன் தொட்டுக் கொள்ளவும், தவிர சாதத்துடன் பிசைந்து சாப்பிடவும் மிகவும் ருசியாக இருக்கிறது.

- எல். சுகந்தி.

மூன்றாம் பரிசு :

டோமேடோ கோகனட் பாத்

தேவையான பொருட்கள் :
புலவு அரிசி (பாசுமதி அரிசி)
- 2 டம்ளர்,
நன்கு பழுத்த தக்காளிப் பழம்
- ¼ கிலோ,
முற்றின தேங்காய் - 1 மூடி,

பெல்லாரி வெங்காயம் - 4 பெரியது,
பூண்டு - 3 பெரியது,
இஞ்சி - 1 துண்டு,

பச்சை மிளகாய் - 10 (எண்ணிக்கை),
முந்திரிப் பருப்பு - 15 (எண்ணிக்கை),
பட்டை, லவங்கம், பிரிஞ்சி இலை
- தாளிப்புப் போட சிறிது அளவு,
நெய் - 1 தேக்கரண்டி,
எண்ணெய் - 2 தேக்கரண்டி.
மல்லி தழை, பொதினா
- பொடியாக நறுக்கியது,
(அலங்கரிக்க),
உப்பு - தேவையான அளவு.

செய்முறை :

முதலில் தக்காளிப் பழங்களை நன்கு கழுவி விட்டு பிறகு ஒரு பாத்திரத்தில் தண்ணீர் கொதிக்க விட்டு அதில் பழங்களைப் போடவும். இரண்டு நிமிடம் கொதிக்க விடவும். பின் பழங்களைத் தனியே எடுத்து ஆற விடவும். பின் மேல் தோலை உரிக்க சரியாய் வரும். உரித்த பின் தக்காளிப் பழங்களை மிக்ஸியில் போட்டு கூழ் பதத்தில் அரைத்து எடுக்கவும். இந்தக் கூழ் இரண்டு டம்ளர் வரும். அதை எடுத்து வைக்கவும். பின் தேங்காயைத் துருவி மிக்ஸியில் போட்டு அரைத்து, பாலை வடிகட்டிக் கொள்ளவும். இதுவும் இரண்டு டம்ளர் திட்டமாக எடுத்துக் கொள்ளவும்.

பின் வெங்காயத்தை நீளவாக்கில் மெல்லியதாக அரிந்து கொள்ளவும். அதை நான்கு பாகங்களாக பிரித்து கொள்ளவும். பின் பூண்டு தோல் உரித்துக் கொண்டு, இஞ்சியைத் தோல் எடுத்து துண்டுகளாக வெட்டிக் கொள்ளவும். பச்சை மிளகாயை நீளவாக்கில் வெட்டிக் கொள்ளவும். பிறகு 1 பாகம் அரிந்த வெங்காயம், 5 பூண்டு பற்கள், இஞ்சித் துண்டுகள் அனைத்தும், இரண்டு பச்சை மிளகாய்த் துண்டுகள், (இவற்றைக் கொஞ்சம் எண்ணெய்யில் லேசாக வதக்கிக் கொண்டு) 5 முந்திரி பருப்புக்களை பச்சையாக (வறுக்காமல்) அப்படியே போட்டு மிக்ஸியில் நைஸாக அரைக்கவும். இந்த விழுதை எடுத்து வைக்கவும்.

பின், 2 டம்ளர் புலவு அரிசியைச் சுத்தம் செய்து, நன்கு கழுவி, கழுவின தண்ணீரைச் சுத்தமாக இறுத்து விட்டு, குக்கரில் சாதம் வைக்கும் பாத்திரத்தில் போடவும். அதில் 2 டம்ளர் தக்காளிப் பழக்கூழ், 2 டம்ளர் தேங்காய்ப் பால் இவற்றை ஊற்றவும். இந்த இரண்டு விதமான தேங்காய்ப் பால், தக்காளிக் கூழ் இவற்றிலேயே சாதம் வேகும்படி (2+2) 4 டம்ளர் ஆக ஊற்ற வேண்டும். பின் மிக்ஸியில் அரைத்த விழுதை அதில் ஊற்ற வேண்டும்.

பின் மீதி உள்ள 3 பங்கு வெங்காயத்தில், 2 பங்கு எடுத்துக் கொண்டு, அடுப்பில் வாணலியில் எண்ணெய் விட்டு, பட்டை, லவங்கம், பிரிஞ்சி இலை இவற்றைப் போட்டு வெடிக்க விட்டு, பின் 2 பங்கு அரிந்த வெங்காயம், மீதி உள்ள பச்சை மிளகாய் அனைத்தும், போட்டு நன்றாக வதக்கி அரிசியில் கொட்டவும். உப்பு திட்டமாக போட்டுக் கலக்கவும். பின் குக்கரில் சாதம் வேகும் நேரம் வைத்துப் பின் இறக்கி திறந்து வேறு பாத்திரத்தில் மாற்றி, அதில் மீதி உள்ள முந்திரிப் பருப்பை நெய்யில் வறுத்து எடுத்துக் கொண்டு, பின் மீதி உள்ள வெங்காயத்தை நெய்யில் நன்கு சிவக்கும் அளவு வதக்கி சாதத்தில் கொட்டி ஜல்லி கரண்டியால் லேசாகக் கிளறி பரிமாறும் பதத்தில் எடுத்து வைக்கவும். அதன் மேல் வறுத்த முந்திரிப் பருப்புக்களை அழகாக அடுக்கி வைக்கவும், கொத்தமல்லித் தழை, பொதினா இவற்றை அழகாகத் தூவி விடவும்.

இதுவே டோமேடோ கோகனட்பாத், இதற்குத் தொட்டுக் கொள்ள வெங்காயத் தயிர் பச்சடி செய்யலாம்.

- யசோதா கிருஷ்ணமூர்த்தி,
வரக்கால்பட்டு.

> ஒரு கப் கேரட் துருவலுடன், அரை கப் தேங்காய்த் துருவலை மிக்ஸியில் அரைத்து, இரண்டு கப் சர்க்கரை சேர்த்த கம்பிப் பதப் பாகில் கலந்து, நாலு ஸ்பூன் நெய் விட்டுச் சுருளக் கிளறி, நெய் தடவிய தாம்பாளத்தில் கொட்டி ஆறியதும் 'கட்' செய்யவும்.
> - மைதிலி

ஆறுதல் பரிசு :

ஸ்பெஷல் பாதாம் கசோரி

(பாதாம் சேர்க்காமல்)

தேவையான பொருட்கள் :

மைதா - 200 கிராம்,
மஞ்சள் கலர் - சில துளிகள்,
ரீஃபைண்டு எண்ணெய் - 300 கிராம்,
பாகு வைக்க சர்க்கரை - 400 கிராம்.

ஸ்டஃப் செய்ய :

பால் பவுடர் - 1 கப்,
பொடித்த சர்க்கரை - 1 கப்,
பாதாம் எஸென்ஸ் - சில துளிகள்,
கண்டன்ஸ்டு பால் - 2 டேபிள் ஸ்பூன்,
மஞ்சள் கலர் - சில துளிகள்.

செய்முறை :

பால் பவுடர், பொடித்த சர்க்கரை, பாதாம் எஸென்ஸ், மஞ்சள் கலர் ஆகியவற்றை நன்கு கலந்து கொண்டு சிறிது கண்டன்ஸ்டு பால் சேர்த்துப் பிசறியது போல் கலக்கவும்.

மைதாவைச் சிறிது எண்ணெய், தண்ணீர், மஞ்சள் கலர் சேர்த்து பூரி மாவு போல் பிசையவும். உள்ளங்கை அளவு சிறியதாக, மிக மெல்லியதாக பூரி இடவும். ஒரு பூரியின் மேல் 1 ஸ்பூன் தயாரித்து வைத்துள்ள ஸ்டஃப்பிங்கை வைத்து மற்

தேவி
தீபாவளி மலரில்
தொடங்குகிறது...

லட்சோப லட்சம்
வாசகியரின்
உள்ளம் கவர்ந்த
நாவலாசிரியர்

பி.வி.ஆர்.

எழுதும்
விறுவிறுப்பான
குடும்பத் தொடர்.



உன்னைச் சுற்றி ஒரு சொர்க்கம்

அதிகப் பக்கங்களுடன்,
ஏராளமான பகுதிகள்,
சினிமா ஸ்பெஷல்களுடன்

றொரு பூரியை அதன் மேல் வைக்கவும். ஓரங்களை ஈரம் தொட்டு ஒட்டவும். இரு பூரிகளும் ஒட்டிக் கொண்டு நடுவில் பூரணம் இருக்கும். இப்போது விளிம்பை விரல்களால் முறுக்கி மூடவும். (எள்ளுக் கொழுக்கட்டைக்கு மூடுவது போல்) ஓரங்கள் கை முறுக்கு சுற்றிய டிசைனில் ரொம்ப அழகாக இருக்கும். எல்லாவற்றையும் இதே போல் அழகிய கசோரிகளாகத் தயார் செய்யவும். மிதமான தீயில் ரீஃபைண்டு எண்ணெயில் பொரித்தெடுக்கவும்.

400 கிராம் சர்க்கரையில் 1/2 கப் நீர் விட்டு ஒரு கம்பிப் பாகு வைத்து 2 ஏலக்காய் தட்டிப் போடவும். (சர்க்கரையில் அழுக்கு இருந்தால் கொதிக்கும் சமயம் சிறிது பால் விட்டால் அழுக்கு ஒதுங்கும். அதை ஸ்பூனால் எடுத்து விடலாம்.) பொரித்த கசோரிகளை சூடான பாகில் முக்கி எடுத்து ஒரு தட்டில் அடுக்கி வைக்கவும்.

மணமும் ருசியும் போட்டி போடும் சிக்கனமான பாதாம் ஸ்வீட் இது. (பாதாமே வாங்காமல்) மில்க் பவுடரில் பாதாம் எஸென்ஸ் சேர்க்கும் போது பாதாம் அரைத்த விழுதின் சுவை எளிதாகக் கிடைக்கிறது. விருந்துகளில் விலையுயர்ந்த ஸ்பெஷல் ஸ்வீட்டாகக் காட்சியளிக்கும் இது உண்மையில் சிக்கனமாகத் தயாரிக்கப் பட்ட விவரம் நமக்கு மட்டுமே தெரியும்.

விளிம்பை முறுக்கி விடக் கஷ்டப்படுபவர்களுக்கு ஒரு யோசனை :

மெல்லிய பூரி இட்டுக் கொண்டு நடுவில் பூரணம் வைத்து எதிரும் புதிருமாய் நாற்புறமும் மடித்து, பிரியாமல் இருக்க நடுவில் ஒரு கிராம்பைக் குத்திப் பொரித்தெடுக்கலாம். இந்த வடிவமும் அழகாக இருக்கும்.

அல்லது சோமாசி போல் இரண்டாக மடித்து சோமாசிக் கரண்டியால் விளிம்பை வெட்டி, பொரித்தெடுக்கலாம்.

அல்லது சமோசா போல் முக்கோணமாக வடிவம் அமைக்கலாம்.

- சுமதி ராஜகோபாலன்,
புதுக்கோட்டை.

ஆறுதல் பரிசு :

வழிக்கறி

தேவையான பொருட்கள் :

மஞ்சள் பூசணிக் கீத்து - 3,
வாழைக்காய் - 2,
சேப்பங்கிழங்கு - 100 கிராம்,
புடலங்காய் - 1 துண்டு,
சர்க்கரை வள்ளிக்கிழங்கு - 2,
மொச்சைப் பயறு - 1/4 கப்,
அல்லது அவரைக்காய் - 50 கிராம்.

செய்முறை :

காய்கறிகளை பெரிய துண்டங்களாக நறுக்கி, (மொச்சையை முதல் நாள் ஊற விடவும்) நெல்லிக்காயளவு புளியை நீரில் கரைத்து அதில் தான்களை வேக விடவும்.

மசாலா சாமான் :

மிளகாய் வற்றல் 8, தனியா, கடலைப் பருப்பு, உ, பருப்பு, வெந்தியம், அரிசி எல்லாம் இரண்டு ஸ்பூன் போட்டு எண்ணெய் விடாமல் வாணலியில் வறுத்துப் பொடிக்கவும். தான் வெந்ததும், வெந்த பருப்பு ஒரு கப், தேங்காய்த் துருவல் ஒரு கப், பொடித்த பொடி, கொட்டைப் பாக்களவு வெல்லம் எல்லாம் போட்டுக் கலந்து சுருண்டு வந்ததும் இறக்கவும். ஒரு டேபிள் ஸ்பூன் தேங்காயெண்ணெயில் ஒரு ஸ்பூன் கடுகு, கறிவேப்பிலை போட்டுத் தாளித்து விடவும். மிகுந்த ருசியுள்ள எளிதான இந்த வழிக்கறி சாப்பாட்டுக்கு, சப்பாத்தி, பூரி எல்லாவற்றுக்கும் தொட்டுக் கொள்ளலாம்.

- சாரதா ராமசுவாமி, சேலம்.

நீங்கள் வாங்கி வந்த தக்காளி பழங்கள் மிகவும் கனிந்து வீணாகி விடும் போல இருக்கிறதா? ஒரு பாத்திரத்தில் குளிர்ந்த நீர் விட்டு, உப்பு போட்டு, தக்காளிப் பழங்களை இரவு முழுவதும் அதில் ஊறப் போடுங்கள். காலையில் எடுத்துப் பார்த்தால் தக்காளிகள் கெட்டியாய் நன்றாக இருக்கும்.

- ஆனந்தி.



நாகஜ்ஜா, பாகஜ்ஜா

இந்தத் தீபாவளி எல்லோருக்குமே வித்யாசமாக இருக்குமென்று எல்லோருமே நினைத்தார்கள்.

தங்கை தீபா - கட்டுப்பெட்டியான பாட்டியை வைத்துக் கொண்டு எத்தனை நாள்தான் கல்லூரிக்குப் பாவாடை, தாவணியில் போவது? இதோ, சுடிதாரின் மகாத்மியத்தை ஒளி, ஒலி, எழுத்து இன்னும் உதாரணங்கள் இத்தனை வகைகளிலும் விளக்கியபின் பாட்டி பர்மிஷன் கொடுக்க, தீபாவளியன்று தீபா நவநாகரீக நங்கையாக சுடிதாரில் அவதாரம் எடுக்கப் போகிறாள். இது ஒரு வித்தியாசமான தீபாவளி அவளுக்கு!

பாட்டி பங்கஜம் - ஒவ்வொரு தீபாவளிக்கும் புதிய ஸ்வீட்டை ஒருமாதம் முன்பே விளம்பரப் படுத்தி அமர்க்களப் படுத்தித் தீபாவளியன்று ரீலீஸ் செய்வதில் மட்டும் படு மாடர்ன். சமீப வருடங்களில் பாட்டி, பெயரை மட்டும் ஸஸ்பென்ஸாக வைத்து வருகிறாள். முந்தைய வருடங்களில் சில ஸ்வீட் வகைகள் திட-திரவ-ஆவி ரூபங்களில் திடீர் திடீரென்று மாறி பாட்டி



லக்ஷ்மி சங்கர்

மானத்தை வாங்கிய அனுபவம்தான் காரணம். ''இவ்வருடம் டக்கரான ஸ்வீட் ரெஸிபி இருக்கிறது. செய்யப்போகிறேன்'' என்று எல்லோரையும் பயமுறுத்திக் கொண்டிருக்கிறாள்.

இவர்கள் தவிர தலைதீபாவளி கொண்டாடும் அக்கா மீனா, தன் ஸ்வீட் ஹார்ட்டை தீபாவளி மாலை முதன் முதலாக வீட்டிற்கு அழைத்துவரப்போகும் சின்னண்ணா முரளி, தன் செல்லப் பெண்ணுக்குக் கம்பிமத்தாப்பு விட்டுக் காட்டப் போகும் மகிழ்வில் இருக்கும் பெரியண்ணா நாகராஜ், எல்லோருக்குமே இது வித்தியாசமான தீபாவளிதான்.

ஆனால் யாருமே எதிர்பார்க்கவில்லை, இது இப்படியொரு வித்யாசமாக இருக்குமென்று!

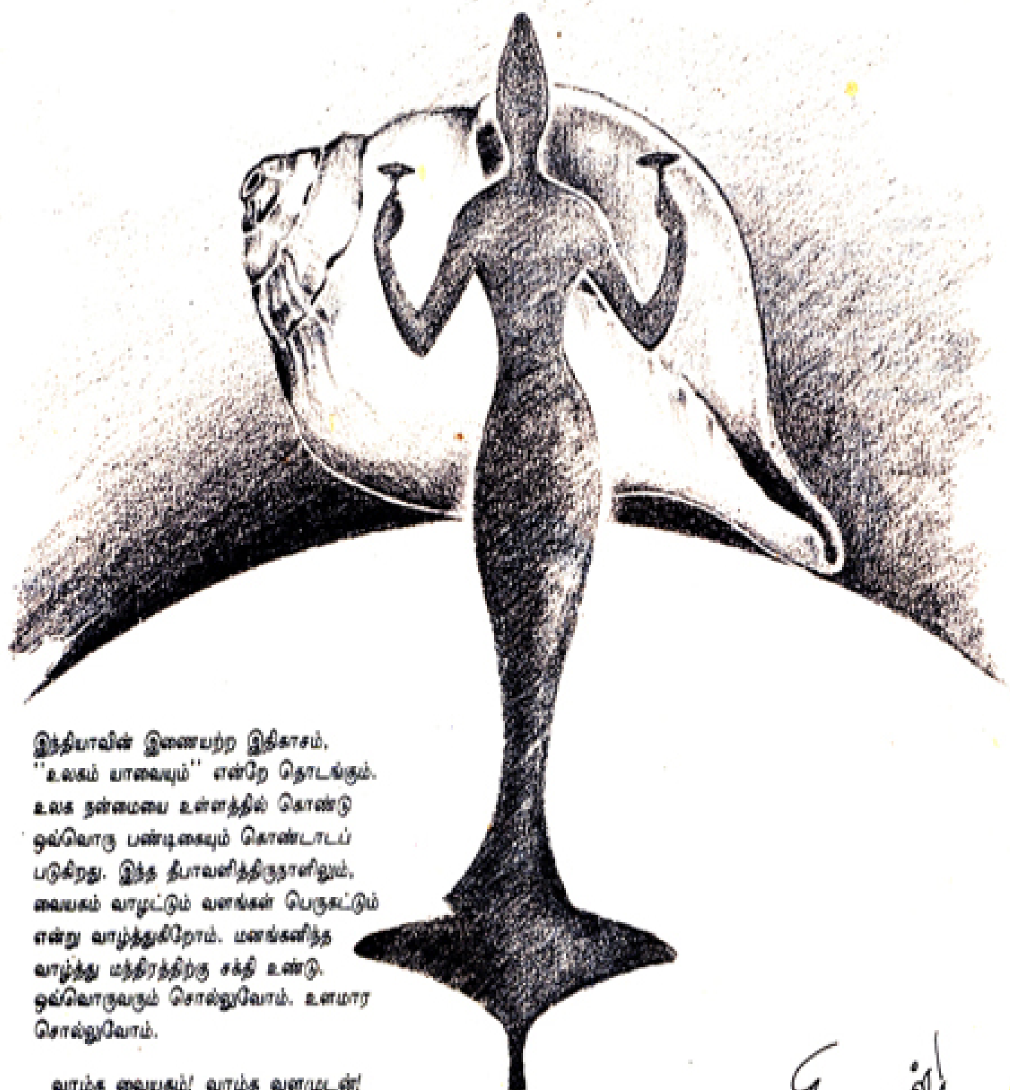
தீபாவளிக்கு முதல் நாள் காலை அப்பா ஃப்ளைட்டில் வந்து வீட்டிற்கு டாக்ஸியில் பிரயாணம் செய்து ஆவலுடன் காத்திருக்கும் குடும்பத்தினரைப் பார்த்துச் சிரித்துக் கொண்டே இறங்கியபோது, பின்னாடியே சுத்தமான ஆப்பிரிக்க உடையில் கட்டம் போட்ட லுங்கியும் மேலே ஜிப்பாபோன்ற சட்டையும் தலையில் முண்டாஸுமாக எது ஆண், எது பெண் யார் பெரியவர், யார் சிறியவர் என்று புரிந்து கொள்ள முடியாத படி அந்த நான்கு ஆப்பிரிக்க உருவங்களும் இறங்கியபோது ரகுநாதனின் குடும்பம் மொத்தமும் உறைந்து போயிருந்தது.

''ஸலூ.... ஸலூ'' என்று கொஞ்சம் (கொஞ்சம் என்ன நிறையவே) கட்டைக் குரலில் கூறியபடி ஆப்பிரிக்க (தாடி, மீசை கொஞ்சம் தெரிந்ததால்) ஆண் கூற,

''என்னடி இது கண்றாவி, நம்ம வீட்டைப் பார்த்து வந்ததும் வராததுமா ஸலூான்கிறானே, இந்த ஆள்?'' பாட்டி ஆரம்பித்து விட்டாள். பக்கென்று நானும் தீபாவும் சிரிக்க,



வாழ்க வையகம்! வாழ்க வளமுடன்!



இந்தியாவின் இணையற்ற இதிகாசம்,
''உலகம் யாவையும்'' என்றே தொடங்கும்.
உலக நன்மையை உள்ளத்தில் கொண்டு
ஒவ்வொரு பண்டிகையும் கொண்டாடப்
படுகிறது. இந்த தீபாவளித்திருநாளிலும்,
வையகம் வாழட்டும் வளங்கள் பெருகட்டும்
என்று வாழ்த்துகிறோம். மனங்கனிந்த
வாழ்த்து மந்திரத்திற்கு சக்தி உண்டு.
ஒவ்வொருவரும் சொல்லுவோம். உளமார
சொல்லுவோம்.

வாழ்க வையகம்! வாழ்க வளமுடன்!

தீபாவளி வாழ்த்துக்கள்!

லக்ஷ்மி மில்ஸ் கம்பெனி லிமிடெட்
கோயமுத்தூர்.

பெண் மாதிரி இருந்த இன்னொரு ஆப்பிரிக்க உருவம்,

''லாஃபியா? லாஃபியா?'' என்று எங்களை நோக்கி வர,

''ஐயோ, நாங்க லாஃப மாட்டோம், சிரிக்க மாட்டோம்'' என்று தீபா கத்த அதற்குள் அவர்களது (ஆப்பிரிக்க காண்டா மிருகம் சைஸ்) சூட்கேஸ்களை எடுத்து வந்த அப்பா,

''லலிதா அவங்க உங்களைப் பார்த்து அவங்க லேங்க்வேஜிலே ''ஹலோ, சௌக்கியமா?'' என்கிறாங்க. அவங்க லாஃபியா அப்படீன்னா நீ திருப்பி 'லாஃபியாலோ' அப்படின்னு சொல்லணும்.''

''சொல்லமாட்டீங்களா? இப்படி இவங்க கூட வரேன்னு ஒரு வார்த்தை எழுதிப் போடாம, ஆப்பிரிக்க பாஷையையும் கத்துக் குடுக்காம, இப்ப அப்படிச் சொல்லு, இப்படிச் சொல்லுன்னா, எனக்கென்ன தெரியும்?'' அம்மா கண்ணிலே கண்ணீர் முட்டியது. சட்டென்று நிலைமையை உணர்ந்த நான் அவர்களை உள்ளே கூட்டிவந்தேன்.

விருந்தினர்கள் விடாமல்,

''நாகஜ்ஜா,? பாகஜ்ஜா?'' என்று எல்லோரையும் பார்த்தபடி கேட்க,

''அடடே, நாகராஜா ஒம்பேரத் தெரிஞ்சு வெச்சிருக்கா பாரு! இங்க பாருடியம்மா, இது நாகராஜிலே முரளி. இது தான் நீ கேக்கற நாகராஜு¬ அது என்ன பாக்கியராஜு¬ன்னு ஏதோபேரு சொன்னியே, அப்படி யாருமில்லியே இங்கே.''

''ஐயோ, அம்மா கொஞ்சம் சும்மா இரேன். அவர் நாகஜ்ஜா, பாகஜ்ஜாங்கறது வீட்டிலே எல்லோரும் சௌக்கியமா, தாத்தா சௌக்கியமா, பாட்டி சௌக்கியமா? அப்படீன்னு கேக்கறதா அர்த்தம்.''

அப்பாவின் விளக்கம் பாட்டி வாயில் கோதுமை அல்வாவைப் போட்டதுபோல் ஆயிற்று. அதன்பின் பாட்டி வாயைத் திறக்கவே இல்லை.

''லலிதா இவா நைஜீரியாவிலே பெரிய கோடீஸ்வரா. இவாளோட ''கஸாவா ஃபுட் பிராஸஸிங்'' கம்பெனியிலேதான் நான் வேலை செய்யறேன். இவர் பெயர் மிஸ்டர் உலு, இது அவரோட மனைவி கம்பாட்டா உலு, இது அவரோட பையன் முஸாஃபி, இது அவரோட பொண்ணு பம்பாட்டா.'' பெயரில் ஒலித்த விநோத சத்தத்தை எல்லோரும் வாய் விட்டு சிரித்து ரசித்தோம். அதை அவர்கள் தங்களை வரவேற்பதற்காகச் சிரித்ததாக நினைத்து அவர்களும் சிரித்தார்கள்.

''இவா நம்ம மெட்ராஸைப் பாக்க வந்திருக்கா. தீபாவளியை நம்மோட கொண்டாடிட்டு அப்புறம் மத்த ஊருகளுக்கெல்லாம் போகப்போறாங்க. முதல்லே அவங்களுக்குக் காப்பி, டிபன், கொடு.''

அம்மா கையும் ஓடாமல் காலும் ஓடாமல் சமையல் கட்டுக்கும் ஹாலுக்குமாக தவித்துக் கொண்டிருந்தாள். ஒரு ஜக்கு நிறைய காப்பியும், நாலு டம்ளர் டபராக்களையும் டீபாயின் மேல் வைத்து,

''காப்பி'' என்றாள் சுருக்கமாக.

திருவாளர் உலு, மொத்த காப்பியையும் நேரடியாக ஜக் வழியாக ஒரே மூச்சில் குடித்து வைத்த போது அம்மா ஃபிரிஜில் இன்னும் எவ்வளவு பாக்கெட் பால் கைவசமிருக்கு என்று எண்ணத் துவங்கிவிட்டாள்.

பாட்டி தான் செய்ய நினைத்திருந்த புதிய ஸ்வீட்டை அடியோடு மறந்து போனாள். உலுவின் பெண் பம்பாட்டாவை பிரெண்டு பிடித்துக் கொண்டு விட்டாள்.

''ஏண்டியம்மா, எப்படி இவ்வளவு சுருட்டை மயிரையும் சோம்பேறித்தனமில்லாமல் இவ்வளவு குட்டிக் குட்டிப் பின்னலாப் போட்டிருக்கே? அது எப்படி வெறச்சுகிட்டு நிக்கறது? ஒவ்வொண்ணுக்குள்ளேயும் கம்பி குடுத்திருக்கியா?''

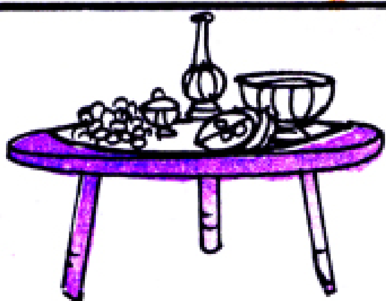
சுவாதீனமாக பம்பாட்டா தலையைத் தடவத் தொடங்கியிருந்தாள்.

திருமதி கம்பாட்டா அம்மாவிடம் ''அபிஞ்சியாகாடி'' என்று கேட்டுக் கொண்டிருந்தாள். அம்மா எப்போதும் அப்பா கூடவே இருந்தாள். அப்பா துபாஷி வேலை பார்த்தார். இத்தனை வருடங்களில் தான் சொல்வதை மனைவி கேட்கும் காலம் இப்போதாவது கிடைத்ததே என்ற மகிழ்ச்சி அப்பாவிற்கு!

''லலிதா அந்தம்மா சாப்பாடு ரெடி

விசேஷ நாட்களில் அதிகக் கூட்டம் வரும் சமயத்தில், ஒவ்வொருவருக்கும் சந்தனம், குங்குமம், கல்கண்டு, வெற்றிலை பாக்கு என்று கொடுக்கச் சிரமமாக இருக்கும். அதோடு பொறுமையும் இருக்காது. அது போன்ற சமயங்களில் திருமண வரவேற்பில் வைப்பது போல் ஒரு மேசையில், இவையனைத்தையும் வைத்து, கிளம்பும் போது எடுத்துக் கொள்ளச் சொன்னால், விட்டுப் போகாமல் அனைவருக்கும் கிடைப்பதோடு, உங்களுக்கும் இலகுவாக இருக்கும்.

- உமா



யான்னு 'கேக்கறா' என்ன சமைச்சிருக்கே?''

''கோஸ்கறி, முருங்கைக்காய் சாம்பார், பச்சடி, அப்பளம் வேணா பொரிக்கறேன்.''

''ஐயையோ, சொல்லவே மறந்துட்டேனே, அவாள்ளாம் யாம், கஸாவாதான் சாப்பிடுவா. அது இருந்தா சமைச்சிரு.''

''என்ன ஒளர்றீங்க? யாம், கஸாவா அப்பிடீன்னா என்ன ஐந்து? அதெல்லாம் நம்ம வீட்டிலே எப்படி சமைக்கறது?''

''டேய், முரளி ஒரு நிமிஷம். இங்கே வாடா. மரவள்ளிக் கெழங்கு தெரியுமா, மரவள்ளிக் கெழங்கு? அது தான்டா அவாளோட முக்கிய சாப்பாடு. அது கெடச்சா கடைப்பக்கம் ஓடிப்போயி வாங்கி வாடாக் கண்ணா!''

''போப்பா, அதெல்லாம் காய்க்கடையிலே கிடைக்காது. பழைய தகரத்துக்கு மரவள்ளிக்கிழங்கு''ன்னு ரோடுலே கூவிக்கிட்டுப் போவானே, அவனத்தான் பிடிக்கணும். அவனும் தீபாவளிக்கு மொதல் நாள் எங்கே வரப்போறான்.

அட்ஜஸ்ட் பண்ணச் சொல்லுப்பா அம்மாவை.''

அம்மா சமயோசிதமாக ராத்திரி, சம்பந்தி வந்தால் செய்யலாம் என்று வைத்திருந்த இரண்டு கிலோ உருளைக் கிழங்கை வேகவிட்டாள்.

உரிக்கும் சமயம் பம்பாட்டா சமையலறைக்குள் வந்து தானும் உதவுவதாக சைகை செய்ய அம்மா தனக்குத் தெரிந்த இங்கிலீஷில்,

''சாப் இட்'' என்றாள். அதற்குள் தீபாவிடம் பக்கத்துக் கடைக்குப் போய் ராச்சமயலுக்கு இன்னும் இரண்டு கிலோ உருளைக் கிழங்கு வாங்கிவரச் சொன்னாள்.

சமையலறைப் பக்கம் போன நான் அதிர்ந்து போனேன். பம்பாட்டா உரித்து உரித்து கிழங்கை வயிற்றுக்குள் தள்ளிக் கொண்டிருந்தாள். அந்தப்பக்கம் வந்த அப்பாவும் இதைக்கண்டு என்னைப் போலவே அதிர,

''லலிதா அந்தப் பெண்ணிடம் என்ன சொன்னே, அவ கிழங்கை கபளீகரம் பண்ணறாளே'' என்றார்.

''சாப் இட்'' அப்பிடீன்னு சொன்னேன். ''வெட்டி வெச்சா உப்பு, மிளகு தூவி அப்படியே அவாளுக்குப் போடலாமேன்னுதான் சொன்னேன்.''

''பே ாக்க! அவாளோட ஹவுஸா லேங்வேஜிலே 'சாப்' அப்படீன்னா, சாப்பிடுன்னு அர்த்தம். அவ சரியாத்தான் செய்யறா.''

உள்ளே வந்த தீபாவை ''வெல்கம், குட்டே'' என்று முஸாஃபி வரவேற்க,

''நல்லா இருக்கு, எங்கவீட்டிலே என்னையே வரவேற்கிறையே? நான் என்ன ஃபாரினா போயிட்டு வந்தேன்? பக்கத்து



★ ஜவ்வரிசியை பாயசத்திற்கு வேக வைக்க வேண்டுமானால் ஜவ்வரிசியை (சின்னதோ அல்லது பெரிதோ) நெய் அல்லது டால்டாவில் ஒரு ஸ்பூன் விட்டு வறுத்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள். தண்ணீர் தேவையான அளவை (பாயசம் வைக்கும் பாத்திரத்தில்) எடுத்துக் கொண்டு லேசாகத் தண்ணீர் கொதிக்க ஆரம்பிக்கும்போதே வறுத்த ஜவ்வரிசியைப் போட்டு நன்கு கொதி வந்த பின் அடுப்பிலிருந்து இறக்கி ஆவி போகாமல் பாத்திரத்தை நன்கு மூடி விடுங்கள். அடுப்பில் வேறு ஏதாவது வேலை இருந்தால் முடித்துக் கொள் ளுங்கள்.

அரை மணிக்குப் பின் பார்த்தால் ஜவ்வரிசி நன்றாக வெந்திருக்கும். பின்னர் சர்க்கரை போட்டு பால் விட்டு நீங்கள் எப்போதும் போல் பாயசம் வைக்கலாம். இதனால் கேஸ் மிச்சம் ஆகும். ஜவ்வரிசிக் கஞ்சி, வற்றல் எல்லாவற்றிற்குமே இது போல் செய்யலாம். வற்றலுக்கு ஜவ்வரி சியை வறுக்காமல் போடலாம்.

– வசந்தமாலா.

நாடார் கடைக்குத்தானே போனேன்'' தீபா கழுத்தை நொடித்து விட்டு, ''தெரிந்த இங்கிலீஷ் வார்த்தையே இதுதான் போலி ருக்கு'' என்று பொரிந்தாள்.

ஒருவழியாக அவர்களைச் சமாளித்து பெரிய பெரிய சோபாவையெல்லாம் இழுத்துப் போட்டு டைனிங் டேபிளில் உட்கார வைத்தாள் அம்மா. டைனிங் சேர் நொறுங்கி விடுமோன்னு அம்மாவிற்குப் பயம்.

பரிமாறிய வகைகளை விரலால் தொட்டுத் தொட்டு சுவைத்துக் கொண்டே, திரு உஹூ பேசத்துவங்கினார்.. புரை யேறியது.

''காவோ, உறாவா காவோ உறாவா'' என்றார்.

''என்னடியம்மா புதுசா இருக்கு? புரை யேறினா தண்ணிதான் குடிப்பா. இவர் என்ன காலை உருவுங்கறார்?'' பாட்டி அதி சயித்தாள்.

அப்பா ஜக்கில் தண்ணீரை எடுத்து நீட்டினார். விளக்கம் தராமலேயே நாங்கள் திரு உஹூ கேட்டது என்ன என்று இம்முறை புரிந்து கொண்டோம்.

அதற்குள் பம்பாட்டா,

''ஓயிபோ பேபே, இஃப் யு ஈத் த பேபே யு கோ யெல்லோ மா மா.

அக் ஆ... வெத்தின் பீ திஸ்'' என்று படபடக்க அப்பாவை அனைவரும் ஒரு மித்து ''ஆபத்பாந்தவா'' பார்வை பார்க்க,

''அந்தப் பொண்ணு இப்போ இங்கிலீஷ்லதான் பேசினா, புரியலையா?''

மீண்டும் மீண்டும் சுவைக்கத் தூண்டும்

அண்ணாநகர் ரங்க விலாஸ் பட்சணங்கள்

ஐந்தாம் ஆண்டில் அடியெடுத்து வைக்கும் ரங்கவிலாஸ் பட்சண நிறுவனம், சுத்தமான நெய், தேங்காய் எண்ணெய், OK எண்ணெய், ஆகியவற்றைக் கொண்டு, உங்கள் வீட்டில் செய்தது போன்ற சுவை, நேர்த்தியுடன் மிகச் சுகாதாரமாகப் பட்சணங்களைத் தயாரித்து வழங்குகிறது.

★ **இனிப்புகள்:**

திருநெல்வேலி அல்வா
லட்டு
ஜாங்கிரி
போளி
சோன்பப்டி
மைசூர்பாக்
அதிரசம்
வேர்க்கடலை உருண்டை
பாதுஷா
இஞ்சி முரபா
சாக்லேட் கேக்
ரவா லாடு
மாலாடு
பொரி விளங்காய்
ஸ்வீட் சோமாசி
ஒக்கோரை
தூத்பேடா
மனோகரம்
ஸ்ரீவில்லிபுத்தூர்
பால்கோவா
தேங்காய் பர்பி
திரட்டுப்பால்
சந்திரகலா
சூர்யகலா
வெல்ல சீடை
மோகன்டால்

★ **காரங்கள்**

கை முறுக்கு
சீடை, தட்டை
தேன்குழல்
முள்ளுத் தேன்குழல்
உருளைக்கிழங்கு சிப்ஸ்
வாழைக்காய் சிப்ஸ்
நேந்திரங்காய் சிப்ஸ்
முந்திரிப்பருப்பு வறுவல்
ரிப்பன் பக்கோடா
காராசேவு
ஓமப்பொடி
மசாலா வேர்க்கடலை
அய்யங்கார்
புளியோதரை மிக்ஸ்
காராபூந்தி
மிளகுவடை
மிக்சர்
பட்டர் மிக்சர்

★ **சீர்வகைகள்**

5,7,9,11 வரிசைக்
கைமுறுக்கு
முள்ளுத்தேன்குழல்
அதிரசம்
அனைத்து வகை
பருப்புத்தேங்காய்
அப்பம்.. இன்னும்பல

★ **பொடி வகைகள்**

சாம்பார் பொடி
ரசப்பொடி
இட்லிப்பொடி
கறிவேப்பிலைப் பொடி
பருப்புப் பொடி

★ வீட்டு டெலிவரியும் செய்யப்படும்.
★ விசேஷங்களுக்கு ஆர்டரின் பேரில் சாப்பாடு/டிபன் சப்ளை செய்யப்படும்.



ரங்க விலாஸ்

77, AA 1ஆம் தெரு, (கிராண்ட் தியேட்டர் அருகில்) அண்ணாநகர்,
சென்னை 600 040. போன்: 6211182

MCS/677

'விதான் என்றாலே தரம்'

ஆம் "விதான்" என்றாலே எல்லா தரமான பொருட்களும் மலிவான விலையில் கிடைக்கும் பொருள் என்றுதான் எங்களது வாடிக்கையாளர்கள் என்கிறார்கள்.

★ மளிகை பொருட்கள்
★ அன்றாடம் தேவையான பொருட்கள்
★ பொம்மைகள்
★ கடியாரங்கள்
★ பரிசுப் பொருட்கள்
★ ரெடிமேட் ஆடைகள், புடவைகள், சூட்டிங் & சர்ட்டிங் மற்றும் பல...

நீங்களும் எங்கள் சூப்பர் மார்கெட்டுக்கு விஜயம் செய்து பயன் பெறுங்கள்.

Vitan

(Air-conditioned Super Market)
172-A, Luz Church Road, Madras – 600 004
Tel: 76384, 76638

Major Credit Cards Accepted

Monday Holiday

"அவா பேசற ஹவுஸா மொழியே நல்லாப் புரியுதுப்பா" என்றான் முரளி.

"என்னவோ பே பேன்னு கத்தற மாதிரி இருக்கு" இது மன்னி.

"அடடா, இது புரியலையா, நம்ம சாப்பாட்டுலே காரம் அதிகம். இந்தியாக் காரங்க நிறைய காரம் சாப்படறதாலதான் இப்படி எல்லோ கலர்ல இருக்கோம் அப்படீங்கறா அவ."

சாப்பிடாமல் தள்ளி நின்ற பாட்டியைப் பார்த்து திருமதி கம்பாட்டா, "யு டோண்ட் ஈத்" என்றாள். பாட்டிக்கு ஆங்கிலம் தெரியாவிட்டால் கூட அந்தம்மா சொன்னது புரிந்துவிட்டது.

"இவயாரு என்ன சாப்பிடாதேங்கறது? நன்னா இருக்கு, ஒண்ட வந்த பிடாறி ஊர் பிடாறிய வெரட்டின கதையான்னா இருக்கு?" சண்டைக்குப் போய்விட்டாள் பாட்டி.

"ஐயோ அம்மா அவா எல்லாத்தையுமே 'டோண்ட்' அப்படின்னுதான் சொல்லுவா. டோண்ட் ஈட்ன்னா சாப்பிடுன்னு அர்த்தம்" அப்பா உதவிக்கு ஓடிவந்தார். பாட்டி சமாதானமாகவில்லை.

வாசலில் டாக்ஸி சத்தம். மதுரையிலிருந்து அக்கா மீனா, அவள் கணவர், சம்பந்தி மாமா, மாமி ஆகியோர் இறங்கி வந்தனர்.

அம்மாவிற்கு வயிற்றில் புளியைக் கரைத்தது.

★ என் தங்கை தன் ஆறு மாதக் கைக் குழந்தையுடன் என் வீட்டிற்கு வந்து இருந்தாள். பஸ்ஸில் வெகு தூரம் பயணம் செய்ததால், குழந்தைக்குக் காற்று ஒத்துக் கொள்ளவில்லை. லேசான காய்ச்சல், சளி, மூச்சு விடச் சிரமப்பட்டது. கைவசம், மருந்து எடுத்து வராததால் அவள் கணவன் வசை பாட, உடனே நான், தோட்டத்தில் இருந்த பாரிஜாத மலர்களில் 15 மலர்களை எடுத்து வந்து, அத்துடன் 5 மிளகு தட்டிப் போட்டு பசும் பாலில் மலர், மிளகு இவற்றுடன் 5 நிமிடம் கொதிக்க விட்டு பிறகு வடிகட்டி, குழந்தைக்குக் கொடுத்தேன். குழந்தை 1 மணி நேரம் ஆனவுடன் நன்கு மூச்சு அடைப்பு இல்லாமல், சுவாசித்தது. பிறகு உறங்கி எழுந்தவுடன், காய்ச்சல் மட்டுப்பட்டது. சளியும் காணாமல் போனது. என் தங்கை எனக்கு நன்றி கூற, நான் அதை என் பாட்டிக்கு மானசீகமாகத் தெரிவித்தேன். சளி, ஜுரம் இவற்றிற்கு பாரிஜாத மலர், மிளகு நல்ல மருந்து ஆகும்.

- யசோதா.



சாப்பாட்டு மேஜையில் இருந்தவர்களை விநோத ஜந்துவைப் பார்ப்பது போல் சம்பந்தியம்மாள் பார்த்தாள். அவள் முகம் கடுகடுப்பாயிற்று.

"வெல்கம். குட்டே" சந்தர்ப்பம் தெரியாமல் கம்பாட்டா அகலப்பற்கள் தெரிய வரவேற்றாள்.

அம்மா மீனாவிடம் விவரங்களைச் சொல்லி தாழ்ந்த குரலில் புலம்பத் துவங்கி விட்டாள்.

கம்பாட்டாவின் அடுத்த அஸ்திரப் பிரயோகம். மதுரை சம்பந்தியைப் பார்த்து,

"யு டோண்ட் கம், யு டோண்ட் ஈத்" என்றாள். நல்ல நாளிலேயே தப்பர்த்தம் புரிந்து கொள்ளும் சம்பந்தியைப் பத்தி கேக்கவே வேண்டாம்.

"நாங்கள்ளாம் அசோக் நகர்ல இருக்கற எம் பொண்ணு வீட்டிலே சாப்பிட்டு விட்டுத்தான் வறோம். நீங்க கூப்பிட்டாக் கூட இப்போ சாப்பிடப் போறதில்லை."

கொளுத்திப் போடாமலேயே முதல் வெடி வெடித்துவிட்டது.

பகல் பொழுது ஒருமாதிரி எல்லா சர்க்கஸ் மிருகங்களையும் ஒரே கூண்டில் அடைத்து வைத்த மாதிரி "கர் புர்" என்று போயிற்று. இரவு அப்பா எல்லோருக்கும் வாங்கின புது டிரஸ்களைக் காட்டிக் கொண்டிருந்தார். தனக்கும் அண்ணாவிற்கும் வாங்கிய லுங்கிகளை கம்பாட்டா ஆசையுடன் பார்ப்பதைப் பார்த்து அப்பா அந்தம்மாவிற்கு பிரஸண்ட் பண்ணிவிட்டார். தீபா சுடிதாருக்கு வாங்கி வைத்திருந்த வானவில் துப்பட்டா பம்பாட்டா தலையில் உருமால் ஆயிற்று. எல்லோரும் ஒருவழியாக சாப்பிட்டு படுக்கப் போன போது மணி இரவு 11.

அதிகாலை 3.30 மணிக்கு அம்மா அண்டாவில் வெந்நீர் போட்டு, சுவாமிக்கு முன்னால் பக்ஷணங்கள், பழம், பூ, வெற்றிலை பாக்கு, தீபாவளி மருந்து, எண்ணெய், சீக்காய் என்று எடுத்து வைக்க, அப்பா பெண், மாப்பிள்ளையை மனை போட்டு உட்கார வைத்து எண்ணெய் வைத்தார்.

தூக்கம் வராத திரு உஜூ அப்போது மாடியிலிருந்து இறங்கி வந்தார். எண்ணெய் தேய்த்துக் குளிக்கும் பழக்கத்தை அப்பா ஹவுஸா, இங்கிலீஷ், தமிழ் என்று கலந்தடித்து விளக்க, அடுத்தபடியாக வெறும் துண்டைக் கட்டிக் கொண்டு உஜூ எண்ணெய்க் கிண்ணத்தைத் தன் சுருட்டை முடிக்குள் காணாமல் போக்கினார்.

பாத்ரூம் போக எழுந்த அண்ணா குழந்தை ஐஸ்வர்யா திரு உஜூவைப் பார்த்து, "பாபா பூச்சி" (பூச்சாண்டி) என்று அலற, மன்னி ரகசியமாக வீபூதி இட்டு படுக்க வைத்தாள். குழந்தையின் அலறலில் வீடே எழுந்து கொண்டது.

உடம்பிலும் தலையிலும் 1/2 லிட்டர் எண்ணெயைக் கவிழ்த்துக் கொண்ட உஜூ



என் தந்தையின் நண்பரது அலுவலகத்தில் ரிஸப்ஷனிஸ்ட் வேலை காலியாக இருப்பதை அறிந்து, அவ்வேலைக்கு விண்ணப்பித்தேன். நேர்முகத் தேர்வுக்கான அழைப்பும் வந்தது.

"இது மிகவும் பொறுப்பான வேலை. மேலும் உனக்கு ஆங்கிலத்தில் சரளமாகப் பேசத் தெரிந்திருக்க வேண்டுமே... வேறு ஏதாவது வேலை இருந்தால் சொல்லியனுப்புகிறேன்" என்று கூறி திருப்பி அனுப்பிவிட்டார்.

ஆங்கிலத்தில் சரளமாகப் பேசத் தெரியவில்லை என்ற ஒரே காரணத்திற்காக ஓர் அரிய வாய்ப்பு கை நழுவப் போகிறதே என்று எனக்கு மிகவும் வேதனையாக இருந்தது.

ஒருநாள் வாரப் பத்திரிகை ஒன்றைப் புரட்டும் போது அதில் "யெஸ் ரூபா ஜெகன் ஸ்பீக்கிங்" என்ற தலைப்பில் திருமதி. ரூபா ஜெகன் அவர்கள் விவேகானந்தா கல்வி நிலையத்தில் தபால் மூலம் ஆங்கிலம் சரளமாகப் பேசப் பயிற்சி பெற்ற செய்தி வெளியாகியிருந்தது.

இப்பயிற்சியில் சேர்ந்தால் ஆங்கிலத்தில் சரளமாகப் பேச முடியும் என்ற நம்பிக்கை எனக்கு துளிர் விட்டது.

என் தந்தையின் அனுமதி பெற்று நானும் இப்பயிற்சியில் சேர்ந்தேன்.

ஓர் ஆசிரியர் எதிரில் இருந்து பாடங்களைச் சொல்லிக் கொடுப்பதைப் போல, பயிற்சி மிகவும் எளிய முறையில் அமைந்திருந்ததால் மிகுந்த ஆர்வத்துடன் இப்பயிற்சியினை மேற்கொண்டேன்.

இப்பயிற்சியை முடித்த என்னால் இப்பொழுது ஆங்கிலத்தில் பயமின்றி சரளமாகப் பேச முடிகிறது.

ஆங்கிலத்தில் பேசத் தெரியாத காரணத்தினால் எந்த வேலை எனக்குத் தர மறுக்கப்பட்டதோ, அதே ரிஸப்ஷனிஸ்ட் வேலை எனக்கு வேறு ஒரு பிரபல நிறுவனத்தில் கிடைத்துள்ளது.

"THE INSTITUTE'S COACHING IS SIMPLY SUPERB."

நீங்களும் தபால் மூலம் இப்பயிற்சியினை மேற்கொள்ளலாம். நேர்முகப் பயிற்சியும் உண்டு. நீங்கள் தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி:

விவேகானந்தா கல்வி நிலையம்
9, நடேசன் தெரு, தி. நகர்,
சென்னை-600 017.

அக்காட்சியைத் தன் குடும்பம் முழுவதும் பார்க்க வேண்டுமென்ற ஆவலில் ரூம் ரூமாகச் சென்றார். பின்னாடி போன பாட்டி அலற ஆரம்பித்தாள். எட்டிப் பார்த்தேன். ஆறு மாதங்களுக்கு முன் டிஸ்டெம்பர் அடித்த சுவர்களில் அங்கங்கே பெரிய பெரிய வட்டங்களாக, கோலங்களாக என் ணெயில் மாடர்ன் ஆர்ட்.

அம்மாவும் இதைப் பார்த்து அப்பாவை முறைக்க அப்பா முகத்தில் இப்போது வழிந்தது அசடு. ''சோப்புப் போட்டுக் கழுவினால் போயிடும் லலிதா.''

''ஒரு கிலோ பவுடர் வேணும்'' இது முரளியின் கமெண்ட். உலூ குளித்து வெளியே வருவதற்குள் பொழுது விடியத் துவங்கிவிட, மீதிப்பேர் எல்லோரும் கங்கா ஸ்னானத்திற்குப் பதில் காக்கா ஸ்னானம் பண்ணினார்கள்.

லேசாக மழை தூறத் துவங்க உலூ குடும்பத்தினர் வீட்டுக்குள்ளேயே அத்தனை மத்தாப்புக்களையும் கொளுத்த புகை மண்டலத்தில் யார் எங்கே என்று தெரியாமல் மதுரை சம்பந்தியை கம்பாட்டா என்று நினைத்து பாட்டி வாங்கு வாங்கு என்று வாங்க அந்தம்மாள் மாடிக்குப் போய்விட்டாள் கோபித்துக் கொண்டு.

மழையில் வைத்த வெடி ஒன்று கூட வெடிக்கவில்லை. முஸாஃபிக்கு வெடி சத்தம் கேட்காமல் ஒரே ஏமாற்றம்.

''அக் ஆ... வெத்தின் பி திஸ்?''

(வாட் ஈஸ் திஸ்?) என்று புலம்பிக் கொண்டிருந்தார். அப்பா சொல்லாமல் நானாக ஊகித்த ஆங்கிலம் இது!

அவரை அப்பா ''ஸிகேனா.... ஸிகேனா'' என்று சமாதானப்படுத்தினார்.

தீபாவளி பக்ஷணங்களை பம்பாட்டா ஒரு பிடி பிடித்துக் கொண்டிருந்தாள். மருந்தையும் பக்ஷணம் என்று எண்ணி பெரிய கவளமாக வாயில் போட்ட கம்பாட்டா இஞ்சி தின்ற ஏதோ போல் முழித்துக் கொண்டிருந்தாள்.

ஒருவழியாகப் பிற்பகல் இவர்கள் எங்களிடம் ''நாகோடி'' ''நாகோடி'' என்று விடைபெற்ற போது பாட்டி, ''போயிட்டு வாங்கப்பா. நான்தான் கோடி நமஸ்காரம் பண்ணணும். இவ்வளவு சீக்கிரம் கிளம்பினதுக்கு'' என்றாள்.

தாங்கள் மிகவும் எங்கள் குடும்பத்தினரை விரும்புவதாகவும், இரண்டு நாள் மகிழ்வோடு இருந்ததாகவும் கூறிய திரு. உலூ,

''யு டோண்ட் கம் நைஜீரியா'' என்று எங்களை அன்புடன் அழைக்க, இத்தனை அமர்க்களப்படுத்தினாலும் அவர்கள் பிரியும் போது மனசுக்குக் கஷ்டமாகத்தான் இருந்தது.

20

மத்தியானத் தூக்கம் சுகமாக இருந்தது சாந்தாவிற்கு. அப்பா, விஸ்ராந்தியாகப் படுத்து எத்தனை நாட்களாயிற்று. முதலில் சித்ரா படிக்கவில்லையே என அழுகை, அப்புறம் ஸ்ரீதர், அப்புறம் இவர் வந்து நின்றார், பத்தாதற்கு யமுனா கலாட்டா...

எல்லாம் ஒருவழியாக முடிந்தது. யமுனா எழுந்து ரசம் சாதம் சாப்பிட ஆரம் பித்து விட்டாள். இனி அவர்கள் பாடு. ஸ்ரீதரும் ஒரு சிட் ஃபண்ட் கம்பெனியில் வேலைக்குச் சேர்ந்து விட்டான். ''நான் போஸ்டல்ல சீக்கிரம் படிச்சுடறேன்மா. சித்ராவை அடுத்த வருஷம் காலேஜ்ல சேர்த்துடுவோம்'' என்றான்.

ஒரு வாரமாக எல்லாம் சுமுகமாக இருக்கிறது.

வந்த வேலையைச் செய்து கொண்டு, முடிந்தவரை சம்பாதித்துக் கொண்டு...

சாந்தாவிற்கு மனம் ஒரு பக்கம் நிம்மதியாக இருந்தாலும், இன்னொரு பக்கம் கவலையில்லாமல் இல்லை...

எத்தனை வருடம் கழித்துக் கண வனைப் பார்த்தாள். அதுவும் எப்பேர்ப் பட்ட சூழ்நிலையில்.... என்னைப் போல ஒரு கதி அந்தச் சிதைக்குக் கூட இருக்காதோ என நினைக்கும் போது நெஞ்சு விம்மியது.

இன்னொரு குழந்தை யார் எனக் கேட்கும் நேரம், மகன் ஓடிப் போன செய்தி நெஞ்சை அறுக்க.... ஆண்டவா, இனி என்னைப் போல இன்னொரு பெண்ணைப் படைத்து விடாதே.... என்று பிரார்த்தித் தாள்.

சங்கரன்... அவனுடன் வாழ்ந்தது கொஞ்சமே. ஆனாலும் எத்தனை சந்தோஷ மான நேரங்கள்... அந்தப் பயந்த சுபாவம் கொண்ட சங்கரன் எங்கே... இந்தப் பழுத்த அனுபவம் கொண்ட சங்கரன் எங்கே...

அந்த அன்பான கரங்கள் தன் தலையை வருடுவது போலத் தோன்றிய போது கண்களில் கரகரவென்று நீர் வழிந்தது. 'உன் இல்லற வாழ்க்கை இவ்வளவுதான்' என இறைவன் விதித்து விட்டான். அப்புறம் உடம்பெல்லாம் கொக்கியை மாட்டி பாரங் களை ஏற்றி, மலை மேல ஏறு என்பது போல வாழ்க்கை... சுகங்களை நினைக்கக் கூட நேர மில்லாத வாழ்க்கை...'



சித்ரா, ஸ்ரீதரன் எல்லாம் வாழ்க்கையை அமைத்துக் கொண்ட பிறகு என்னை யார் அன்பாகக் கவனித்துக் கொள்வார்கள்? இது வரைக்கும் யார் கவனித்துக் கொண் டார்கள்?

சுயபச்சாதாபத்தில் நெஞ்சு விம்மி வெடித்தது... அழுகை வந்தது.

''சாந்தா...''

''........''

''சாந்தா...''

அவர் கூப்பிடுவது போல இதென்ன பிரமை... அவ்வளவு தூரமா மூளை பேத லித்து விட்டது.

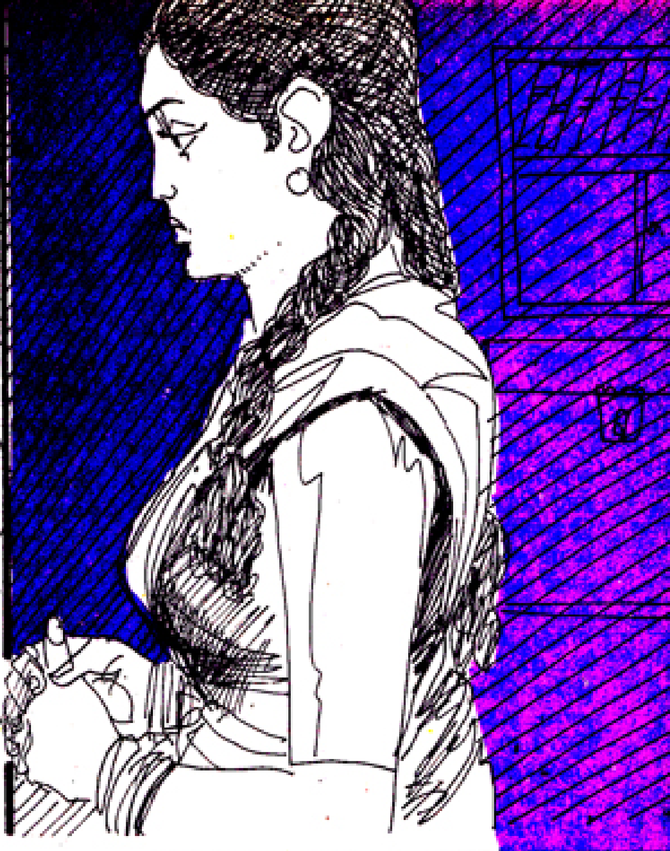
''சாந்தா... தூங்கறையா...?''

'சட்'டென்று கண் விழித்தாள்.

எதிரில்.... அவள் கணவன்... 'விருக்' கென்று எழுந்து அமர்ந்தாள்.

''வாங்கோ...''





கர்வம்

மஞ்சுளா ரமேஷ்

உள்ளே வந்தவர் அங்கிருந்த நாற்காலியில் அமர்ந்தார். சாந்தா முகத்தை அழுந்தத் துடைத்துக் கொண்டாள்.

''ஊர்லேர்ந்து வர்றீங்களா...?''

''ஆமா...'' சுற்றுமுற்றும் பார்த்தவர், ''யாரும் இல்லையா?'' என்றார்.

''சித்ரா க்ளாஸுக்குப் போயிருக்கா. ஸ்ரீதரன் வேலைக்கு...''

''வந்துட்டானா...''

''ம்... அப்புறம் பத்து நாளைக்கெல்லாம் வந்துட்டான். வயசுப் பிள்ளை. ஏதோ மனசு கஷ்டம். இப்போ எல்லாம் சரியா போயிடுத்து. இப்போ சின்ன வேலையா இருந்தாக் கூட பரவாயில்லைன்னு போறான்...''

''இங்கே சம்பந்தியண்டை சொல்லிட்டுப் போயிருந்தேன். அவர்தான் ஸ்ரீதரன் வந்துட்டதை போன் பண்ணி சொன்னார். கொஞ்சம் மனசுக்கு நிம்மதியா இருந்தது. அவனுக்கு நல்ல வேலையா வாங்கித் தர்றதுக்கு ஏற்பாடு பண்ணிண்டு இருக்கேன். ஒரு வாரத்துல தெரிஞ்சுடும். அதுக்குத்தான் விவரம்லாம் வேணும். கேட்டுண்டு, எழுதி வாங்கிண்டு போகலாம்னு வந்தேன்...''

சாந்தா அவரை மௌனமாகப் பார்த்துக் கொண்டிருந்தாள். இதெல்லாம் காலத்தின் கோலம்தான். தன்னுடைய பிள்ளையைப் பற்றிய விவரங்கள் வேண்டுமாம். லேசாகப் புன்முறுவல் எட்டிப் பார்த்தது. சங்கரனும் லேசாக சிரித்தார்.

''என்ன பண்றது...''

''உங்களுக்கு... என்ன பண்றீங்க பாம்பேல...''

''இப்போ கல்யாணமானது ஒரு பொண்ணு.. அப்புறம் பையன் அரவிந்தன் இப்போ டென்த் படிக்கிறான். அவ... வித்யா... அ வ ங் க ப் பா க் கு ஒரே பொண்ணு...''

''வசதியானவங்களா...''

''ஆமா. அவராலதான் நான் இன்னிக்கு மனுஷனா நிக்கறேன்...''

''உங்க தங்கை நல்லா இருக்காளா...''

''இருக்கா. அவளோட குடும்பத்தில ரொம்பப் பிடுங்கல். நாலும் பிள்ளைகள். ஹைதராபாத்ல இருக்கா. ஒரு சமயம் வீடுக்கு வந்தப்ப அப்படி அழுதா. நான் விவரம் தெரியாத வயசுல மன்னியை அப்படிப்படுத்தி வச்சேன். ஒவ்வொரு தடவை என் மாமியார் என்னைப் பேசறப்ப வும் எனக்கு அவங்க ஞாபகம்தான் வரும் பாள். என்ன சொல்லி என்ன பிரயோ ஜனம்... போனது போச்சு...''

''அம்மாதான் இல்லைன்னீங்க. அப்பா உங்களோட இருக்காரா...?''

''அம்மாவுக்குக் கான்ஸர் வந்து அவஸ் தைப்பட்டுப் போனா. நாம மூலைக்கொருத் தரா பிரிஞ்சப்புறம் ரொம்பக் கஷ்டப்பட்டு இருக்கிறா. அம்மாவோட வறட்டு ஜம்பம் லாம் கான்சர் வலிக்கு முன்னாடி நிக்கலே. நான் பாம்பேல செட்டிலானப்புறம் ஒரு தடவை வந்தேன். அப்போ புது சங்கரன். வந்து பார்த்தா கன்றாவியா இருந்தது. கூட்டிட்டுப் போனேன். அம்மா ஆரம்பத் திலே ரெண்டு வருஷம் கிடந்தா. நடுவுல தான் தங்கைக்கும் கல்யாணம். அப்பா இப்போ நிம்மதியா இருக்கார். உன்னைப் பத்தித்தான் அடிக்கடி பேசுவார்... நானும் அப்பாவும் வீட்டைக் காலி பண்ணிண்டு போறதுக்கு முன்னாடி சல்லடை போட்டுத் தேடினோம்.. உன்னைப் பத்தி ஒரு விவர மும் தெரியலை...''

குத்துக்காலிட்டு தலை குனிந்து அமர்ந்து கேட்டுக் கொண்டிருந்த சாந்தா அப்போதுதான் அவருக்கு ஒன்றுமே கொடுக்கவில்லை என்று நினைவுக்கு வந் தவளாக,

''இருங்கோ, காப்பி போட்டுக் கொண்டு வர்றேன்...'' என்று எழுந்தாள்.

''இல்லே வேண்டாம். உட்காரு. உன் னோட பேசத்தான் வந்தேன். அப்புறம் பசங் கள்ளாம் வந்துடுவா...''

திரும்பவும் அமர்ந்து கொண்டாள் சாந்தா.

''நீ என்ன பண்ணே... இப்படிக் கேக்கற துக்கு என்னை மன்னிச்சுடு. அப்போ இருந்த சங்கரனோட நிலைமை அது. இந்த அம்பத் தஞ்சு வயசுல திரும்பி எல்லாத்தையும் பாக்கறப்போ தெளிவா இருக்கு. ஆனா அப்போ பயம். அம்மா மிரட்டி மிரட்டியே பயமுறுத்தி வச்சிருந்தா. வேலையும் போயி டுத்தே... சொன்னா நீ ஆச்சர்யப்படவே... வீட்டுக்குப் போனா அம்மா அடிப்பா ளோன்னு கூட இருந்தது...''

சாந்தா வெறுமனே சிரித்தாள்.

''நீங்க ரொம்ப சொல்ல வேண்டாம். அந்த நாளைய என்னோட புருஷன் எனக்கு முழுக்கத் தெரிஞ்சவர்தான்..''

''சாந்தா...''

''வேறே என்ன சொல்றது... அப்புறமா மாறினவர்தான் தெரியாதுன்னு சொல்ல வந்தேன். அதை விடுங்கோ. நான் என்ன பண்ணினேன்னும் உங்களுக்குத் தெரிய ணுமே...'' மயிலாப்பூர் வக்கீல் வீட்டில் சமையல்காரியாக நுழைந்தது முதல், சித்ராவை ஏற்றுக் கொண்டு மணிக்குக் கீழ் வந்து இன்று வரைக்குமான நிலைமை வரை தொடர்ந்தாள்.

''கையில கரண்டிதான் எனக்குத் தொணை. ஸ்ரீதரன் எப்பவும் எனக்கு ஆதரவா இருந்தான். இப்போதான் இந்த வயசு அப்படி. ஆனா நல்லவேளை என்னை அந்த அம்பாள் சோதிக்கலை. என் வளர்ப்பு வீண் போகலை. பிள்ளை கொஞ்சம் தடுமாறினாலும் திரும்பியும் என்கிட்டேயே வந்துட்டான்.. நான் ஏத்துண்ட பொறுப்பு சித்ரா... அவ நல்லா படிக்கணும்கறா... அவ ளுக்கு எவ்வளவு இஷ்டமோ அவ்வளவு படிக்கச் சொல்லி இருக்கேன்... கல்யா ணமும் அவ விருப்பப்படி பண்ணிட் டேன்னா என் கடமை முடிஞ்சுது....''

விழியில் கசிந்த நீரைத் துடைத்துக் கொண்டார் சங்கரன். நடுங்கும் தேகத்தோடு தன் பக்கத்தில் வந்து அமர்ந்திருந்த பதினாறு வயது சாந்தா அல்ல இவள். தான் தனியாக வாழ்வில் நீந்திக் கரையேறியது போல, அவளும் சளைக்காமல் நீந்திக் கரையேறி இருக்கிறாள். ஆனால் நான் எதையும் இழக்க வில்லை. மனைவி, குடும்பம் என்று நிறை வாக... இவள் சமையல்காரியாக சுமையை மட்டுமே தூக்கிக் கொண்டு...

நீண்ட பெருமூச்செறிந்தார்.

''ஏம்மா, உங்கப்பா, தங்கை பத்தி மணி கிட்டே கேட்டியோ...''

''அவனுக்கும் தெரிஞ்சா மாதிரி தெரி யலை. அப்பாவோட பொறுப்பில்லாத் தனத்தால அவனும் ஏதோ ரயிலேறி

★ ஆரோரூட் மாவினால் செய்த கஞ்சியை புடைவைக்குப் போட்டுப் பாருங்கள். அதனால் கிடைக்கும் பள பளப்பே தனி.

– சாவித்ரி.



திருச்சிக்குப் போயிட்டு இருக்கான். அப்புறம் அவா என்ன ஆனான்னு தெரியலை. தெரிஞ்சிருந்தா இத்தனை நாளைல தெரிஞ்சிருக்குமே. ஒரொரு தரம் சியாமளாவைப் பத்தி நினைக்கறப்பதான் கஷ்டமா இருக்கும். நல்ல காலம், இதைப் பத்தியெல்லாம் ரொம்ப நாழி நினைக்கப்படாதுன்னுதான் இவ்வளவு பொறுப்பைக் கொடுத்துட்டிருந்தா அம்பாள். இவாளையெல்லாம் தூக்கிண்டு சாப்பாட்டுக்காக ஓடறதுக்கே நேரம் சரியாக இருந்தது....''

இன்னதென்று விளக்கவொண்ணாத சிரிப்பு இவள் இதழ்க்கடையில் தோன்றியது.

நடையில் செருப்புச் சத்தம் கேட்டது. சித்ரா உள்ளே வந்தாள். சங்கரனைப் பார்த்துத் தயங்கினாள்.

''வாம்மா சித்ரா, எப்படியிருக்கே...?'' சகஜமாக அழைத்தார் சங்கரன்.

''நல்லா இருக்கேன்...'' புரியாமல் பதில் சொன்ன சித்ரா அம்மாவைப் பார்த்தாள்.

''போய் புக்ஸை வெச்சுட்டு டிரெஸ் மாத்திண்டு வா. காப்பி போட்டுத்தரேன்...'' சாந்தா எழுந்து கொண்டாள்.

அவள் உள்ளே போகவும், இவள் காப்பி போடப் போனாள். பால் காய்ச்சிக் கொண்டிருக்கும்போதே, உடை மாற்றிக் கொண்டு வந்திருந்த சித்ராவிடம் சங்கரன் விசாரித்துக் கொண்டிருப்பது கேட்டது. அவள் படிப்பைப் பற்றியும், எதிர்கால ஆசைகளையும் மகளுடன் கனிவோடு விசாரித்துக் கொண்டிருந்தார்.

மூன்று டம்ளர்களில் காப்பி எடுத்துக் கொண்டு வந்து சாந்தா, அவர்கள் இருவரிடமும் கொடுத்து விட்டு தன்னுடைய டம்ளருடன் கீழே அமர்ந்து கொண்டாள்.

''சித்ரா ரொம்ப நல்லா படிப்பா போல இருக்கு. இப்பவும் இன்ஸ்டிடியூட்ல ஸ்காலர்ஷிப்லாம் கொடுத்திருக்காங்களாமே!''

''ம்... எங்கே போனாலும் எதிலேயும் அவதான் ஃபர்ஸ்ட் இருப்பா...''

''ஸி. ஏ. பண்ணணும்னு ஆசையாம் அவளுக்கு. படிக்கட்டும்...''

''ம்...''

இவர் யார் தனக்குச் சிபாரிசு செய்ய எனப் புரியாமல் மௌனமாக பின்புறம் கோர்த்த கரங்களைச் சுவரில் அழுத்தியபடி சாய்ந்து கொண்டு நின்றிருந்தாள் சித்ரா.

அவர்களிடையே அடுத்து என்ன பேசுவது என்று மௌனம் நிலவியது. தொண்டையைக் கனைத்த சங்கரன்,

''ஸ்ரீதரோட பயோடேடா வாங்கி வச்சிரியா... நான் நாளைக்கு வர்றேன்...''

''எங்கே வேலை...?''

''பாம்பேல எங்க ஹெட் ஆபீஸ்ல நல்ல போஸ்ட் இருக்கு.. இங்கே பிரான்ச்ல மொதல்ல கிளார்க்கா சேர்த்துப்பா... கிடுகிடுன்னு முன்னுக்கு வந்துடலாம்...''

''பரவாயில்லை. அவன் இங்கேயே இருக்கட்டும். அவனாவது என்னோட இருக்கட்டும்...'' வார்த்தை ஆதங்கமாக வந்து விழுந்த பிறகு சொல்லியிருக்கக் கூடாது என நினைத்துக் கொண்டாள்.

''அப்போ நான் பொறப்படறேன்...'' சித்ராவிடமும் விடைபெற்றுக் கொண்டு கிளம்பிப் போனார்.

அவர் போன பிறகு அந்த நாற்காலியில் அமர்ந்து கொண்ட சித்ரா,

''ஏம்மா, இவரண்டை அண்ணாக்கு வேலைக்குச் சொல்லியிருந்தியா...?'' என்று கேட்டாள்.

''இல்லை. அவரா விசாரிச்சுண்டு வந்திருக்கார்...''

''இவருக்கு என்ன அவ்வளவு அக்கறை...?''

சித்ராவை நிமிர்ந்து பார்த்தாள். ''ஏதோ நம்மாலான உதவி செய்யலாமேன்னு நெனைச்சிருப்பார்...''

''அம்மா...''

''என்னடீ...''

''எனக்கு அப்படித் தோணலை...''

''பின்னே...''

அவளையே ஒரு நிமிஷம் யோசனையுடன் பார்த்த சித்ரா, ''நீ தப்பா நெனைச்சுக்கலியான்னா கேட்கட்டுமா?''

''வேண்டாம் சித்ரா. அதுக்கெல்லாம் பதில் சொல்லணும்னா எனக்குச் சக்தி இல்லே. எனக்கு ரொம்ப முடியலைடீ. கொஞ்ச நாழி படுத்துக்கறேன்...''

''சரி...'' சித்ரா எழுந்து போய் விட்டாள். வெகு நேரம் பேசிக் கொண்டிருந்ததால் களைப்பில் கண் சொருகியது.



அவல் பொரியைப் பாலில் போடும் முன்பாகப் பொரியை வெறும் வாணலியில் லேசாகச் சூடு செய்து போட்டுப் பிடியுங்கள். கரகர பொரி உருண்டை கிடைக் கும்.

- கிரிஜா



கேஸட் நாடாவில் பூக்கட்டலாம்

பழுதாகிப் போன பழைய ஆடியோ கேஸட் டேப்பைத் தூக்கியெறிய வேண்டாம். அந்த நாடாவை நார் போல உபயோகித்துப் பூக்கட்டலாம். மிகவும் எளிது. நார் போன்று பிரித்தெடுக்கும் வேலையோ, தண்ணீர் விட்டுக் கொள்ள வேண்டிய அவசியமோ இல்லை. பிளாஸ்டிக் பூக்கள் கட்டும் போது இன்னும் நன்றாக இருக்கும்.

- திருலோகம்

''என்ன சாந்தா தூக்கமா?''

திரும்பவும் அவரா.. இல்லையே? மணி குரலல்லவா இது? திரும்பிப் பார்த்தாள். மணியும் சரோஜாவும் வாசலில் நின்று கொண்டிருந்தார்கள். இது என்ன அதிசயம்.

''வாங்க... வாங்க...'' வியப்புடன் எழுந்து வரவேற்றாள். மணி நாற்காலியில் அமர்ந்து கொள்ள சரோஜா அவள் பக்கத்தில் அமர்ந்து கொண்டாள். சாந்தாவிற்கு இதெல்லாம் என்ன என்று இருந்தாலும் இதற்கெல்லாம் பின்னணியில் ஏதோ இருக்கிறது என்று மட்டும் புரிந்தது.

''காப்பி சாப்பிடறீங்களா...?''

''வேண்டாம் மன்னி. இப்பத்தான் சாப்பிட்டு வர்றோம். நீங்க உக்காருங்கோ''

மன்னியா... என்னை இப்படிக் கூப்பிடக் கூட இவளுக்குத் தெரியுமா?

உள்ளே அறையில் அமர்ந்து படிக்கப் புத்தகம் பிரித்த சித்ராவிற்கு அதற்கு மேல் ஆச்சர்யமாக இருந்தது. இதெல்லாம் ஏதோ விபரீதத்திற்கு வழி என்றும் தோன்றிது.

மணி தலைகுனிந்து மௌனமாக அமர்ந்திருப்பதைப் பார்க்க சரோஜாவிற்கு எரிச்சலாக வந்தது.

''யமுனா எப்படி இருக்கா...?''

''ம்... நல்லா இருக்கா...'' அப்பா, இவளே பேச்சை ஆரம்பித்து விட்டாள் என்ற சந்தோஷத்தில்,

''அவள் விஷயமாத்தான் இப்போ வந்தோம்...'' என்றாள்.

சாந்தா அவர்கள் இருவரையும் மாறி மாறிப் பார்த்தாள். சரோஜா இனியும் மணியை நம்பிப் பயனில்லை எனத் தானே துணிந்தாள்.

''ஒன்னுமில்லே மன்னி. யமுனாவுக்கும் சின்ன வயசு. இனியும் இப்படியே வச்சுண்டிருக்க வேண்டாம், கல்யாணம் பண்ணிடலாம்னு...''

''பண்ணிட வேண்டியதுதான்...'' என்று சாந்தா தலையசைத்தாள்.

''எங்களுக்கு மட்டும் வேற யார் இருக்கா. இப்பவே யமுனாக்குன்னு முப்பது சவரனுக்கு நகை பண்ணி வச்சிருக்கேன். பாத்திரம் பீரோ கொள்ளலை. எங்களுக்கு அப்புறமா வீடும், எங்களோட பாத்திரம் பண்டம் எல்லாம் அவளுக்குத் தானே...''

''ஆமா சரோஜா. அவளுக்கும் விருப்பமான பையனாப் பாருங்க. பண்ணிடலாம்...'' என்றாள் சாந்தா.

சரோஜா மணியைப் பார்த்தாள். ''சொல்லுங்க...'' எனக் கட்டளை இட்டன கண்கள்.

''அக்கா....''

அதிசயமாக அவனைப் பார்த்தாள் சாந்தா. ஏதோ பெரும் பூகம்பம் இதற்குப் பின்னால் இருக்கிறது என நன்கு புரிந்து கொண்டு விட்டாள்.

''உங்கிட்டே சொல்லாம நான் யாரண்டை சொல்ல... எனக்கும் வேற யார் இருக்கா... எனக்குக் கஷ்டம்னா உன்னண்டைதானே வரணும்... வேற யாரையாச்சும் கல்யாணம் பண்ணி வச்சு நாளைக்கு இவளைப் பத்தி ஏதோ சந்தேகம்னு வந்தா அவ வாழ்க்கையே நாசமாயிடும்...''

''அதனால...?''

இப்போது சரோஜா பிடித்துக் கொண்டாள்.

''...அதனால என்னதான் இருந்தாலும் சொந்தத்துக்குள்ளே ரத்தபாசம் விட்டுப் போயிடுமா... அதனாலதான் ஸ்ரீதரனுக்கே யமுனாவைக் கொடுத்துரலாம்னு நாங்க முடிவு பண்ணோம்...''

அதற்கு மேலும் தாளாமல் 'படக்'கென வெளியே வந்தாள் சித்ரா.

''பேஷ்... பேஷ்... ரொம்ப நல்லா இருக்கு அத்தை உங்க பேச்சு. அம்மா ஏமாந்தவங்கறதால எது வேணா பேசறது.. எப்படி வேணா மௌனகா அரைக்கறதா... இத்தனை நாள்ல மொத மொதல்ல எங்க வீட்டுக்கு இப்பத்தான் காலடி எடுத்து வச்சிருக்கீங்க. இத்தனை நாள் இந்தச் சொந்தம், ரத்தபாசம்லாம் தெரியலையோ... உங்க பொண்ணை எங்கண்ணா தலையில கட்டணும்னு வந்தப்பதான் தெரிஞ்சதோ...''

''நிறுத்துடீ...'' சரோஜா ஆவேசமாக எழுந்தாள். சாந்தா பதறிக் கொண்டு தடுத்தாள்.

''வேண்டாம் சித்ரா, நீ உள்ளே

போயிடு... சரோஜா இரும்மா, இரு... அவ குழந்தை ஏதோ பேசறா...''

சிறினாள் சரோஜா.

''யாரு இவளா குழந்தை...? ஒரு வயசுக்கோ, அந்தஸ்துக்கோ எதுக்கும் மதிப்பில்லாம என்ன பேச்சுப் பேசறா? உனக்கும் இந்தப் பேச்சுக்கும் என்னடீ சம்பந்தம்? அதிகப்பிரசங்கி''

''ஏன் இல்லாம... போனா போற துன்னு நாங்க பார்த்ததையும், கேட்டதை யும் மூடி வச்சுண்டு, உங்க மனசு நோகப் படாதேன்னு பேசாம இருந்தோம். உங்க ளும்ல யமுனா, இருந்த கோலத்தை பார்த் தவ நான். அப்படிப்பட்டவளை எங்கண் ணாவுக்கு...''

''...சர்தான் நிறுத்து. எங்கண்ணா, எங்கண்ணான்னு சொந்தம் கொண்டா டிண்டு. யாருடீ உங்கண்ணா. அனாதைப் பொண்ணா வந்தவளுக்கு எவ்வளவு வாய்....''

''அத்தை...''

''நீ கத்தினா நான் பயந்துடுவேனா. இது எங்க குடும்ப சமாச்சாரம். யமுனா வைப் பத்தியோ, ஸ்ரீதரனைப் பத்தியோ பேச உனக்கொண்ணும் இல்லை. எங்கேயோ குப்பைல கிடக்க வேண்டியவ. இந்த மன்னி சீராட்டி நடு வீட்ல வச்சிருக்கா. பேசாம வாலைச் சுருட்டிண்டு மூலைல கிட....''

திக்பிரமை பிடித்து அப்படியே நின்று கொண்டிருந்தாள் சித்ரா.

கையைப் பிசைந்து கொண்டு தவித்தாள் சாந்தா. காளியாய் அவள் புறம் திரும்பிய சரோஜா,

''இதோ பாருங்க கண்ட கழுதை கண்ட மாதிரி என் பொண்ணைப் பத்திப் பேசக் கூடாதுன்னுதான் இந்த முடிவுக்கு வந் தோம். எத்தனை லட்சம் வரதட்சணையா வேணுமானாலும் கொடுக்கறோம். உங்க பிள்ளைக்கு நல்ல உத்தியோகமும் வாங்கித் தர்றோம். யமுனா சின்னப் பொண்ணு. ஏதோ தப்பா நடந்துண்டுட்டா. யார் தப்பு செய்யலை? நீங்களும் இத்தனை வருஷமா புருஷன் இல்லாம இருக்கத்தானே இருக் கேள்... இதெல்லாம் ஒரு பேச்சு இல்லை. ஒண்ணுக்குள்ள ஒண்ணா பண் ணிக்கறது நல்லது. இல்லேன்னா இருந்த ஒரு சொந்தமும் போச்சுன்னு இருங்கோ. உங்க பிள்ளை வந்த பிறகு பேசிட்டு ரெண்டு பேருமா வந்தேள்னா முடிச்சுடலாம். நாங்க வர்றோம்....''

என்று உறுமிய குரலில் சொல்லி விட்டு வெளியே போய் விட்டாள். மணி தலை குனிந்தவாறே பின்னோடு நடந்தார்.

(தொடரும்)



★ படிக்கும் பாடங்களை அடிக்கடி மறந்து போகும் மாணவர்களுக்கும், ஏன் வீட்டில் வைத்த இடத்தை விட்டு விட்டு வேறு இடத்தில் பொருட்களைத் தேடும் நமக்கும் இதோ ஒரு வரப்பிரசாதம். ஆம், வல்லாரை என்று ஒரு வகைக் கீரைதான். இந்தக் கீரையை எங்கள் பக்கத்தில் சரஸ்வதி கீரை என்றுதான் சொல்கிறார்கள். இந்தக் கீரையை வாங்கி நன்கு சுத்தம் செய்து, தண்ணீரில் மண் போகும்படி அலசி, 2, 3 நாட்கள் நிழலில், உலரச் செய்து, ஈரம் வற்றி உலர்ந்த உடன் சிறிது எண்ணெய் விட்டு லேசாக வறுத்துக் கொண்டு, மிக்ஸியில் பவுடராகச் செய்து கொள்ள வேண்டும்.

அரைத்த பவுடர் 1 ஆழாக்கு இருக்கு மானால், அதற்கு மிளகாய் வற்றல் 10, கொத்துமல்லி விதை 1 தேக்கரண்டி, கடலைப் பருப்பு 1 தேக்கரண்டி, உப்பு தேவையான அளவு, புளி 1 கோலிகுண்டு அளவு எடுத்துக் கொண்டு, மிளகாய் வற்றல், மல்லி விதை, க. பருப்பு மற்றும் உப்பு, புளி இவற்றுடன் மிக்ஸியில் இட்லி மிளகாய்ப் பொடி அரைக்கும் பக்குவத்தில் அரைத்து, முதலில் அரைத்த கீரைப் பொடியை இத்துடன் கலந்து ஒரு பாட்டி லில் எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும். சாதத் துடன் நெய் விட்டு 1 ஸ்பூன் பொடி கலந்து சாப்பிடச் சுவையாக இருக்கும். வாரத்தில் 2 நாட்கள், படிக்கும் பிள்ளைகளுக்குக் கொடுத்துச் சாப்பிடச் செய்ய, கீரையின் திறனை ராங்க் கார்ட்டில் காணலாம். ஏன் நாமும் சாப்பிட ஞாபக சக்தி நன்கு வளர்ந்து, மறதியானது நம்மை மறந்து விடும்.

- யசோதா

சொல்ல விரும்புகிறோம் !

★ எங்கள் வீட்டிலும் கொலு வருடா வருடம் வைக்கிறேன். ஆனால் நான்தான் வீடு வீடாகப் போய் கூப்பிட வேண்டும். அலங்காரம் செய்து கொண்டு காட்சியளித்த இம்மாத மங்கையர் மலரைப் பார்த்துப் பெருமூச்சு விட்டேன். காரணம் என் பெண்கள் திருமண வயதை எட்டி விட்டனர். இளம் குழந்தைகளாகவே என் பெண்கள் இருந்தால் நானும் அலங்காரம் செய்து அழகு பார்த்திருக்கலாமே! அவ்வளவு ஏக்கம், இந்தக் குழந்தைகளைப் பார்த்து!

சென்னை - 52, ஆர். வி. கமலா வியாசராவ்.

★ மருத்துவ சோதனைகள் ஒருசில நெறி பிறழ்ந்த டாக்டர்களால் வணிக ரீதியாக நோயாளிகளைச் சுரண்டப் பயன்படுத்தப்பட்டாலும், பெரும்பாலான சிகிச்சைகளில் அவற்றின் இன்றியமையாமையைக் குறைத்து மதிப்பிட முடியாது. ஒரு சிறுவனுக்கு உடலெங்கும் ஓயாமல் கட்டிகள் வந்து கொண்டிருந்தன. எந்த வைத்தியமும் பலனளிக்கவில்லை. ஒரு டாக்டர் அடுத்த முறை கட்டி வரும் போது எந்த மருந்தும் உட்கொள்ளவோ, பூசவோ வேண்டாமென்றும், உடைந்த பின்னரும் அதில் எதையும் தடவ வேண்டாமென்றும் அப்படியே தன்னிடம் அழைத்து வரும்படியும் சொன்னார். வடியும் நீரைச் சோதனைக்கு அனுப்பி 'கல்சர்' செய்ததில் அதுவரை பயன்படுத்தப்பட்ட பல ஆண்டிபயாடிக்குகளை அக் கிருமிகள் உணவாக்கிக் கொண்டு செழித்து வளர்ந்தது கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. அவற்றில் ஒரே ஒரு மருந்தால் மட்டும் அவை அழிந்தன. அதைப் பயன்படுத்தியதில் பின் அக் கட்டிகள் தோன்றவே இல்லை. தேவையான சிகிச்சையைத் துல்லியமாக நிர்ணயிக்க சோதனை எவ்வளவு முக்கியம் என்பதை விளக்க இது ஒரு சிறு உதாரணம். முழு நம்பிக்கையான மருத்துவரை நாம் தேர்ந்தெடுத்த பின் சோதனைகளை முழு நம்பிக்கையுடன் மேற்கொள்வது அவசியம்.

சிட்லபாக்கம், அ. ஷண்முகசுந்தரம்.

★ நவராத்திரி சிறப்பிதழ் என்பதால் அட்டையைப் புரட்டியதும் ''பொம்மை'' விஷயம், அதே மாதிரி கடைசிப் பக்கங்களிலும் ''பிடித்த பொம்மை'' விஷயம் எனப் போட்டு எத்தனைப் பொருத்தமாய்ச் செய்து இருக்கிறீர்கள்!

சென்னை - 39, திருமதி நாராயணராவ்.

★ நகைச்சுவையும், கிண்டலும் இணைந்த ''கொலுவுக்கு வாங்க சார்'' சம்பவங்கள் படித்துச் சிரித்து விட்டாலும் திரு. நடராஜ் அவர்களின் தைரியத்தைப் பாராட்டாமலிருக்க முடியலே!

மதுரை, சுகந்தி.

★ 'மிக்ஸி'யைப் பற்றி அரையும் குறையுமாகவே தெரிந்து வைத்துக் கொண்டிருந்த எனக்கு, பல புதிய விவரங்களையும், யோசனைகளையும் அறிந்த பிறகு இவ்வளவு விவரங்களை இதுநாள் வரை தெரிந்து கொள்ளாமலிருந்தோமே என வருந்தினேன்.

மதுரை - 11, திருமதி. சுகந்தி நாராயண்.

★ ''உடம்பு சரியில்லை என்று டாக்டரிடம் போனதும் அவர் அந்த டெஸ்ட் செய்... இந்த டெஸ்ட் செய் என்று சொல்லி எங்களிடம் பணம் பிடுங்குவதாகவே இது வரை நினைத்து வந்த நாங்கள்... 'லேப் பெத்தாலஜி' பற்றிய கட்டுரையைப் படித்தவுடன் 'டெஸ்டின்' அவசியம் பற்றி நன்கு உணர்ந்து எங்களது தவறான எண்ணத்தை மாற்றிக் கொண்டோம்!

குத்தாலம், விஜி ரமேஷ்.

★ திருமணமானபின் முதல் தடவையாகக் கொலு வைக்க எண்ணியிருக்கும்

மருந்தையே உணவாக்கி...

எனக்குப் பயன்படும் வகையில், 'கொலுவில் என்ன வைக்கலாம்' என்ற தலைப்பில் வெளியிட்டிருக்கும் யோசனைகளுக்கு நன்றி.

தூத்துக்குடி - 3, எஸ். ஸ்வேதா.

★ நாங்கள் கண்கூடாகப் பார்த்துக் கொண்டேயிருக்கும் ஒரு குடும்பத்தை நேரில் சித்தரித்துக் காட்டியது போல் இருந்தது, பெ. நாயகி அவர்கள் எழுதிய ''ராஜ்யம்'' மனதைத் தொட்டு விட்டது.

நெய்வேலி, ரேவதி சம்பத்குமார்.

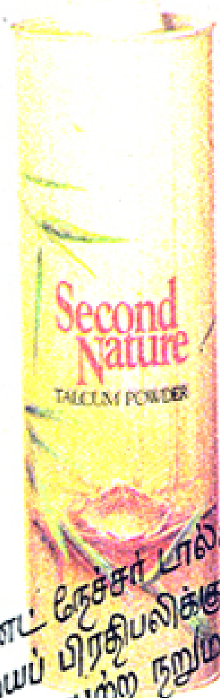
★ நவராத்திரிக்கு ஒரு வாரம் முன்பாகவே ''நவராத்திரி சிறப்பிதழ்'' இம்முறை கிடைத்ததில் பல நல்ல விஷயங்கள் படித்துப் பயன்பெறும் விதத்தில் அமைந்ததோடு மட்டுமல்லாமல், செய்து பார்க்கவும் நேரம் கிடைத்ததுதான் பெரிய விஷயம்.

வேலூர் - 6, ரமாசந்திரசேகர்.

அட்டை வண்ணப்படம் : டி. சி. நாகேஷ்.

முத்துமுத்தான வியர்வை.

ஊக்குவித்தது உள்ளுணர்வை.



செகண்ட் நேச்சர் டால்க்.
வெற்றியைப் பிரதிபலிக்கும்
இணையற்ற நறுமணம்

கேடிலா வழங்கும் ஒரு தரமான தயாரிப்பு

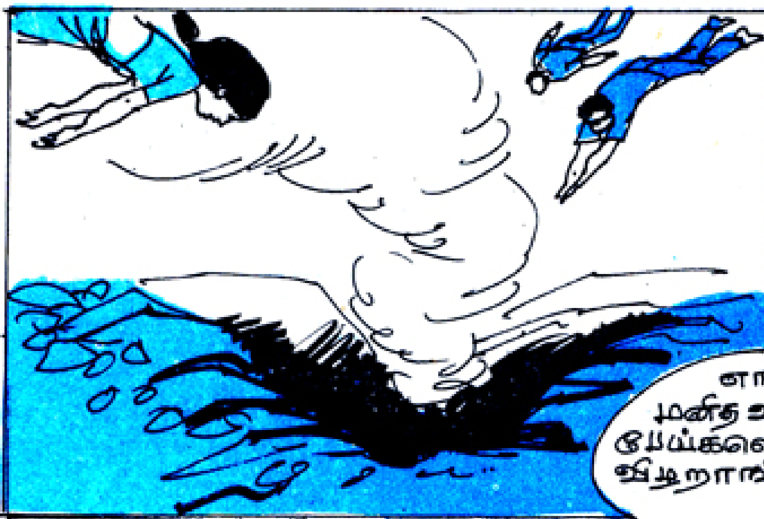
Avenues SN 51.91

பூதக் கண்ணாடி

கதை, படம்:



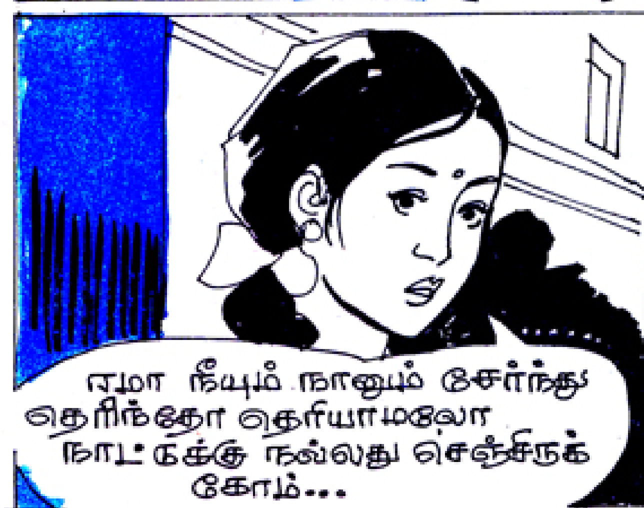




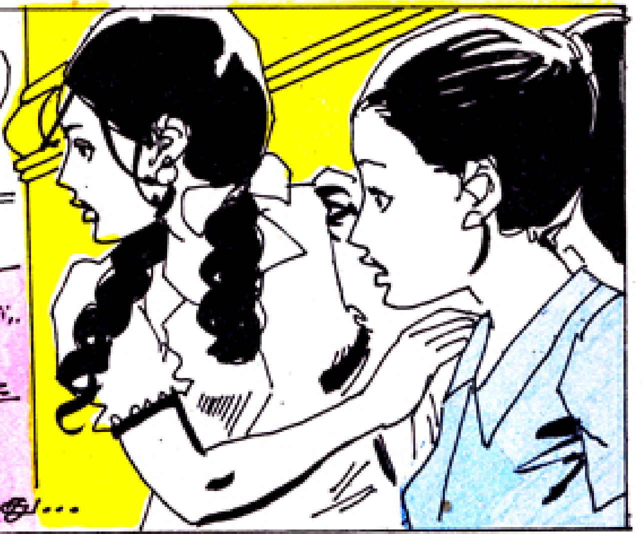


மனித உருவத்தில்
இவ்வளவு பேய்கள்
சமுதாயத்தில்
இருந்திருக்கு...

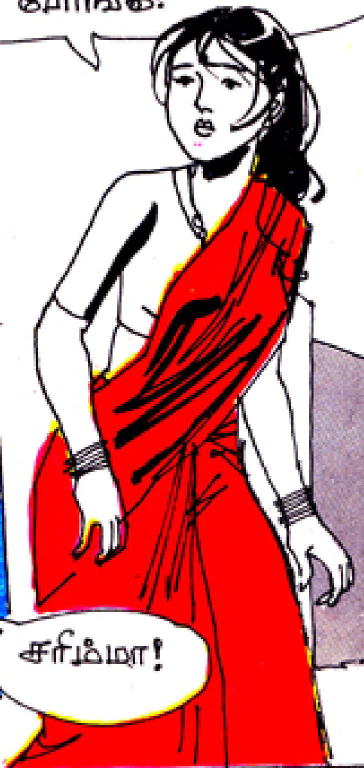
இனி
உலகுக்கு
விடிவுகாலம்
தான்.






லட்சக்கணக்காக பேய்கள் வந்து விருந் ததும் அந்தக் கூடு, இருந்த சுவடு தெரியாமல் மூடிக் கொண்டது –
வெகுநேரம் ஆகிவிட்டது...


விடிந்து இருள் நீங்கத் தொடங் கியது –


பால் வாங்கிவரும் பெண்ணைத் தேடி வெளியே வந்த அம்மா –
என்ன அனீட்டா இவ்வளவு அதிகாலைல வெளியே வந்து நிக்கறீங்க ரெண்டுபேரும்? உள்ள போங்க!
சரிம்மா!

அன்று மாலை பழம்பொருள் கடைத் தாத்தாவைப் பார்த்தார்கள் அனிட்டாவும் ரமாவும்—

வாம்மா அனிட்டா! இது யாரு உன் ஃப்ரெண்டா? வாங்க வாங்க!

இது என் ஃப்ரெண்டு ரமா, தாத்தா!

என்ன, முகத்தில் விசேஷ மலர்ச்சி தெரியுதே?!

இருவருமாகப் பெரியவரிடம் நடந்ததையெல்லாம் மூச்சுமுட்ட சொல்லி முடித்தார்கள்!



அந்தப் புத்தகத்தில் கூட சொல்லாத ஒரு விசயம் உண்டுன்னு நான் சொன்னேனே அதுதான்—கடைசியில் அந்தப் பேய்களின் அழிவுக்குக் காரணமாயிருந்த அந்த செயல்! ...அதுதான்.. அந்த நெருப்புச் சட்டியை குழிக்குள் உருட்டிவிட்டீங்களே! உங்களுக்கு உலகம் கடமைப் பட்டிருக்கு!



முற்றும்.

மேஷ ராசி :

அசுவினி, பரணி, கிருத்திகை - 1 ஆம் பாதம்.

குருவின் அனுக்கிரகம் உண்டு. அதனால் பலவிதத்திலும் ஆதாயமும் உண்டு. ஆனால் சுக்கிரனால் சுகக் குறைவு ஏற்படலாம். அதனால் வீட்டில் சிறு சிறு சண்டைகள் உண்டாகலாம். சனியும் உடல்நலக் குறைவைத் தரலாம். அரசுப் பணியில் இருப்பவரும், அரசியலில் ஈடுபாடு கொண்டவர்களும் தனலாபம் அடைவர். இரும்பு, எண்ணெய் சம்பந்தப்பட்ட தொழிற்சாலைத் துறையினர் சற்று சிரமத்தை எதிர்நோக்க வேண்டி வரும். விமானப் பயணத்தை ஒத்தி வைப்பது நலம். புதன் வெற்றியைத் தேடித் தரும். குறிப்பாகக் கலைஞர்களும், மற்றும் கலைத் துறையில் பணிபுரிபவர்களும் பாராட்டும் பரிசும் பெறலாம். 7, 8, 9 தேதிகளை ஒதுக்கலாம். 15, 16, 17 தேதிகளில் புதுப் பணிகளைத் துவக்கலாம்.

ரிஷப ராசி :

கிருத்திகை 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், ரோகிணி, மிருகசீரிஷம் 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்.

ஒரு பக்கத் தலைவலியால் அவதிப்பட்டவர்களுக்கு இந்த மாதத்திலிருந்து சிரமம் குறையலாம். உங்கள் சேவை உணரப்பட்டு, அதற்காக நீங்கள் பாராட்டப்படலாம். நடிப்புத் துறையினருக்கு மாதத்தின் முற்பகுதி ஆதாயத்தை அளிக்கும். பிற்பகுதியில் சூரியனால் கண் சம்பந்தமான நோய் ஏற்படலாம். உறவினர் ஒருவரைப் பற்றிய கவலை ஏற்படும். அது அவரது உடல் நிலைப் பற்றியும் இருக்கலாம். அல்லது பொருளாதாரத்தில் ஏற்பட்ட சீர்குலைவு சம்பந்தமாகவும் ஏற்படலாம். நுட்பக் கலைஞர்களுக்குச் சற்றுப் பொருளாதாரத் தட்டுப்பாடும், தலைகுனிவும் கூட ஏற்படலாம். சுக்கிரனை வழிபடுங்கள். குடும்பத்தில் அமைதி உண்டாகலாம். இல்லையேல் தினமும் ஏதாவது ஒரு அமளிதான். மேலதிகாரிகளின் கெடுபிடிக்குக் கட்டுப்பட்டே ஆக வேண்டியிருக்கும். அலுவலகப் பணியாளர்கள் இதைக் கவனத்தில் கொள்ளவும். குறிப்பாக 10, 11, 12 தேதிகளைக் கவனத்துடன் கடக்கப் பாருங்கள். 17, 18, 19 தேதிகளில் மகிழ்ச்சி நிலை வரலாம்.

மிதுன ராசி :

மிருகசீரிஷம் 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், திருவாதிரை, புனர்பூசம் 1, 2 - ஆம் பாதம்.

பதவிக்குப் பங்கம் வரலாம். ஆனால் உதவிக்குச் செல்வாக்குள்ளவர்கள் தேடி வந்து உதவலாம். உடல்நலக் குறைவும் உண்டாகும். இந்த ராசியில் பிறந்துள்ள வயதானவர்களும், நீண்ட நாள் நோயாளிகளும் எச்சரிக்கையுடன் இருக்க வேண்டும். சனியும் சரியாக அமையவில்லை. ஆட்சிச் சனி முற்பகுதியில் உதவுவார். பிற்பகுதியில் அங்காரகன் அளவோடு நன்மை செய்வார். நகைக் கடைக்காரர்கள், அரசுப் பணியாளர்கள், அரசியலில் உள்ளவர்கள், எச்சரிக்கையுடன் இருப்பது நல்லது. 12, 13, 14 தேதிகளில் பிரயாணங்களை ஒத்திப் போடலாம். 20, 21, 22 தேதிகளில் சுப நிகழ்ச்சி நடக்கும். ஒரு சிலருக்கு ஸ்திர, தன, ஆபரண லாபம் ஏற்படும்.

கடக ராசி :

புனர்பூசம் 4 - ஆம் பாதம், பூசம், ஆயில்யம்.

குருவைத் தவிர மற்றவர்களினால்



இந்த மாதம் எப்படி?
நவம்பர் '91



ஒருநாள், நான் சின்ன வெங்காயத்தின் (சாம்பார் வெங்காயம்) தோல் எடுத்துக் கொண்டிருக்க என் அண்ணன் மகள், ''என்ன அத்தை! சின்ன வெங்காயம் வைத்து ரசம் செய்யக் கூடாதா? எப்போதும் என்ன சாம்பார்?'' என்றாள்.

சின்ன வெங்காயம், சிறிதாக அரிந்த புதினா இலை, கீறிய பச்சை மிளகாய் எல்லாவற்றையும் சிறிது எண்ணெய் விட்டு வதக்கிக் கொண்டேன். வேக வைத்த பருப்புத் தண்ணீரில், தக்காளித் துண்டங்களைப் போட்டு, மஞ்சள் பொடி சேர்த்துக் கொதித்ததும், வதக்கி வைத்துள்ள வெங்காயம், புதினா, பச்சை மிளகாயைச் சேர்த்து, உப்புப் போட்டு வெந்ததும், புளி கரைத்து விட்டேன். சற்று வற்றியதும் தண்ணீர் விட்டு விளாவி இறக்கினேன். நெய்யில் கடுகு போட்டுத் தாளித்தேன். சூடாகவும் பரிமாறியதும், 'ஹா ஹா! என்ன ரசம் என்ன ரசம்! என்று நாக்கைச் சப்புக் கொட்டிக் கொண்டு சாப்பிட்டார்கள்.

- எஸ். மஞ்சுளா.

நன்மை குறைவே. தனலாபம் உண்டு. இராகுவும் புதனும் நன்மையைத் தரலாம். எழுத்தாளர்களும், சோதிடர்களும் நன்மை அடைவார்கள். எதிர்பார்த்த கடிதத்தினால் அனுகூலம் உண்டு. சுபநிகழ்ச்சி நிச்சயிக்கப்படலாம். ஆயினும் அரசியல்வாதிகளில் சிலருக்கு அரசின் கெடுபிடி உண்டு. சினிமாத் துறையினர் நீச்ச சந்திரனால் சற்று நஷ்டமடைய வேண்டியிருக்கும். 15, 16, 17 தேதிகளில் எச்சரிக்கை தேவை. 22, 23 தேதிகளில் ஆதாயம் உண்டு.

சிம்ம ராசி :

மகம், பூரம், உத்திரம் 1 - ஆம் பாதம்.

கேதுவால் நன்மை உண்டு. வீட்டில் மாத ஆரம்பத்தில் உற்சாகம் இருக்கும். சுபநிகழ்ச்சிகள், விருந்துகள் எனச் சுப விரயம் உண்டாகும். திரைப்படத் துறையினருக்குப் பல லட்சம் லாபம் வரும் சூழ்நிலை உண்டு. கலைத்துறை, கல்வித் துறையினர் ஆதாயம் அடைவர். பணிபுரியும் பெண்களுக்குப் பணலாபமும், பதவி உயர்வும் உண்டு. ஆனால் ராகுவால் வீண் விரயம் ஏற்படும். சனீஸ்வரனால் கறுப்புக் கல் வியாபாரிகள் புது ஒப்பந்தங்களை ஏற்பாடு செய்து கொள்ளலாம். குறிப்பாக 24, 25, 26 தேதிகள் ஏற்றவை. 17, 18, 19 தள்ளப்பட வேண்டியவை. பழனி, திருச்செந்தூர் என ஏதோ ஒரு சுப்ரமணியரின் படை வீட்டுக்குப் போகும் வாய்ப்பு ஒரு சிலருக்கு உண்டு.

கன்னி ராசி :

உத்திரம் 2, 3, 4 - ஆம் பாதம், ஹஸ்தம், சித்திரை 1, 2 - ஆம் பாதம்.

மாதத்தின் பிற்பகுதியில் மட்டுமே இராசி நாதனால் ஒரு சில நன்மைகளை எதிர்பார்க்கலாம். மற்றபடி மாதம் பூராவும் சற்று கெடுபிடியுடன் தான் காலம் கடத்த வேண்டியிருக்கும். சுக்கிரனோ சுயபலம் இழந்த நிலை. எனவே தாம்பத்திய உறவில் சில்லறைத் தகராறுகள் ஏற்படலாம். எந்த ஒருவிதத்திலும் உங்கள் செயல்களில், வாக்கில் பிறர் குற்றம் காணக்கூடிய சூழ்நிலை. எனவே அரசுப் பணியாளர் நிதானத்துடன் பேசுவது நன்று. சுப விரயத்திற்கு வாய்ப்பு உள்ளது. அது விருந்தின் மூலமும் ஏற்படலாம். அல்லது விழா மூலமும் ஏற்படலாம். எனினும் உங்களிடம் லாபம் பெறுபவர்கள் உங்களையே குறை கூறி விட்டுச் செல்லுவார்கள். ஏற்ற நாட்கள் 26. 27, ஆகாத நாட்கள் 20, 21, 22 தேதிகள்.

துலா ராசி :

சித்திரை 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், சுவாதி, விசாகம் 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

இராசிநாதனால் இன்பத்தை விட துன்பச் சூழலே அதிகம் தெரிகிறது. எனினும் ஏகாதசி பிரகஸ்பதி எனும் குரு நன்மை செய்யாவிடினும், தீமை ஏற்படாவண்ணம் இலாபஸ்தானத்தில் இருப்பது குறிப்பிடத் தக்கது. முதல் இரண்டு வாரங்களில் புதனால் நன்மை உண்டு. அதனால் விஞ்ஞானிகள், ஆராய்ச்சியாளர்கள், நகைக் கடைக்காரர்கள் நன்மை பெறுவார்கள். ஒரு சிறந்த மாதம் எனக் கூற முடியவில்லை. பொருளாதாரம் செழிப்பாக இருக்காது. கடன் வாங்க வேண்டிய சூழ்நிலை உண்டு. கோர்ட் விவகாரம் ஜெயமளிக்காது. அதுபோலவே படத்துறையினரும், தானிய வியாபாரிகளும் கூட பெரியதொரு லாபத்தை எதிர்பார்ப்பதில் பயனில்லை. அரசியல்வாதிகளுக்கு

உங்கள் ராஜகுல
விளக்கிற்கு
ஒப்பற்ற ஒன்று !

சிறந்த டிஸ்போஸபிள் டயபர்ஸ்-வெகுவெகு விசேஷமான உங்களது செல்லக் கண்மணிக்கு!

இப்பூவுலகில் பிறக்கும் எல்லா குழந்தைகளுமே சமமாகத்தான் பிறக்கின்றன.

எனினும், சில குழந்தைகள் வெகுவெகு விசேஷமானவையாக மாறின... ஸனக்கி டிஸ்போஸபிள் டயபர்ஸ் வந்த பின்!

ஆம்! ஸனக்கி குழந்தைகள்! வெகுவெகு விசேஷமான குழந்தைகள்! ஸனக்கி டயபர்கள் உயர்ந்த சொகுசை அளிக்கின்றன – உங்கள் சின்னஞ்சிறு கண்மணிக்கு. அவை முழுவதுமாக உலர்வாக்கி (ஈரமாக இருக்கும் போதும்) குழந்தைக்கு அளிக்கின்றன ஆனந்த [illegible]. மயிலிறகு போன்ற கொஞ்சு வைக்கும் நெகிழ்ச்சியான பொருளால் தயாரிக்கப்பட்டது – ஸனக்கி. மிகத்தரமான உறிஞ்சும் உறை உண்டு இதிலே. இது உலகப்புகழ் பெற்ற நிறுவனங்களின் தயாரிப்புகளுக்கு இணையானது.

வீட்டிலிருக்கையில் உங்கள் கண்மணிக்கு முழு வசதி அளிக்கிறது. கழிவுகளினால் உங்கள் கண்மணி தர்ம-சங்கடமடைவதை தடுக்கிறது.

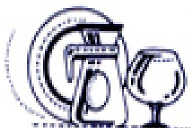
ஸனக்கியின் ஒப்பற்ற மேலும் சில சிறப்பம்சங்களைப் பாருங்களேன்: தகுந்த முறையில் குழந்தைக்குப் பொருந்தக்கூடிய பொலிவுள்ள புது வடிவம்: உடனுக்குடன் மாற்றியமைக்க வசதியாக ரீ-ஃபாஸ்ட்டனிங் டேப். (அதாவது நாடா போன்றது): இதமான எலாஸ்டிக் லேஸ்கள்; (உறுதியானது எனினும் மென்மையானது) இறகு போன்ற இலேசான விசேஷ பொருளில் தயாரிக்கப்பட்டது மற்றும் இந்தியக் காலநிலைக்கேற்றது.

ஏதோ ஒரு குழந்தைக்காக தயாரிக்கப்பட்டதல்ல ஸனக்கி. உங்களது செல்லத்திற்காக தயாரிக்கப்பட்டது... ஏனெனில், அது உங்கள் ராஜகுல விளக்கல்லவா!

snuggy ஸனக்கி டிஸ்போஸபிள் டயபர்ஸ்.
உங்கள் ராஜகுல விளக்கிற்கேற்ற... ஒப்பற்ற ஒன்று!



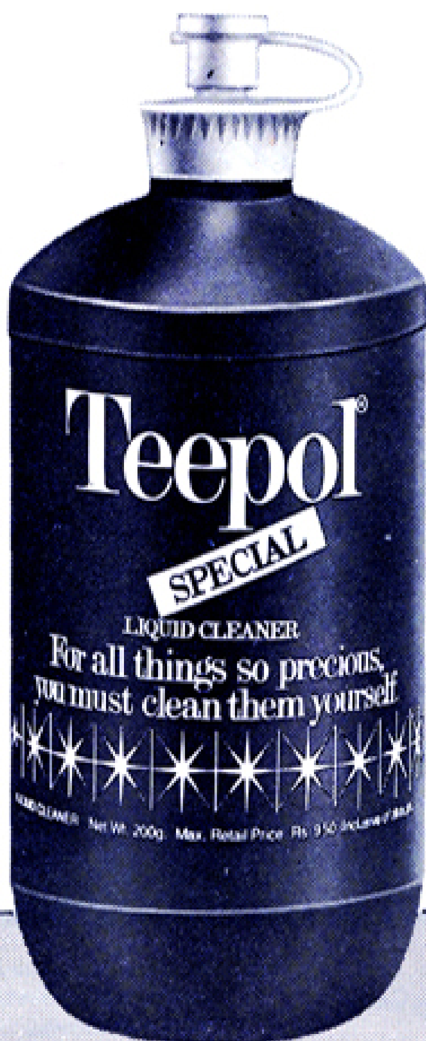
SN 103 T



Would you run the risk of spoiling your precious things?

Not when you have the gentle and safe option Teepol

C A R E





NATIONAL ORGANIC CHEMICAL INDUSTRIES LIMITED

Registered Office : Mafatlal Centre, Nariman Point, Bombay-400 021.

Imageads/NOCIL/91332

யோகம் உண்டு. ஆகாத நாட்கள் 23, 25.

விருச்சிக ராசி :

விசாகம் 4 - ஆம் பாதம், அனுஷம், கேட்டை.

சனி பகவானின் பூரண அருள் உண்டு. அதனால் கனரகத் தொழிலில் ஈடுபட்டுள்ளவர்கள், பங்கு மார்க்கெட்காரர்கள் அமோக லாபத்தை அடைவர். வீட்டில் சுப நிகழ்ச்சிகள் நடக்கும். வயிற்று உபாதை, ஏற்பட்டுத் தீரும். கண்ணும், காலும் கூட மருத்துவரிடம் போகும்படிச் செய்யும். அந்த அளவிற்கு எலும்பும், பார்வைப் புலனும் பாதிக்கப்படும். இல்லறச் சுகம் குறைந்தே இருக்கும். ஞாயிறு, வியாழன் போன்ற நாட்களில் நடந்து செல்லும் போது, திருஷ்டி கழித்துள்ள பொருட்களைத் தாண்டவும், அதனால் சில பீடைகள் திருஷ்டி தோஷங்கள் ஏற்படவும் வாய்ப்புக்கள் உண்டு. உடல் நலக் குறைவு ஏற்பட பாம்புக் கிரகங்கள் காரணமாகும் நிலையில் சஞ்சரிப்பதால் எச்சரிக்கை தேவை. இலாப நாட்கள் மாதத்தின் முதல் நான்கு நாட்கள். தள்ளப்பட வேண்டிய நாட்கள் 24, 25, 26.

தனுசு ராசி :

மூலம், பூராடம், உத்திராடம் 1 - ஆம் பாதம்.

திடீர்ப் பிரயாணத்திற்கு வாய்ப்பு உள்ளது. வேண்டியவர்களே விரோதம் கொள்ளக்கூடிய நிலை ஏற்படும். மாதத்தின் முதற் பகுதி மகிழ்ச்சியுடன் இருக்கும். தனலாபமும் உண்டு. ஆனால் பிற்பாதி பலவிதத்திலும் சோதனை தரும் நாட்களாக அமையும். எனினும் இராசிநாதனாகிய பிரகஸ்பதியின் பார்வை கோடி தோஷத்தை நிவர்த்திக்கும். எனவே கவலையை விடுங்கள்! அதே சமயம் ஜாமீன் நிற்பது, மற்றவருக்காகப் பரிந்து பேசுவது போன்றவைகளை மேற்கொள்ள வேண்டாம். வாக்கைக் காப்பாற்ற முடியாத சூழ்நிலை வரும். ஆகாத நாட்கள் 26, 26 நல்ல நாட்கள் 5, 6, 7. வஸ்திர லாபமும், பொன் ஆபரண லாபமும் சிலருக்கு மாதத்தின் முதல் வாரத்தில் கிடைக்கும். அது போலவே கலைஞர்களுக்குப் பாராட்டும் பரிசும் கிடைக்கும். ஒரு சிலருக்குத் திருமணம் நிச்சயமாகும்.

உளுந்து வடை மாவு நெகிழ்ந்து விட்டால் அரிசி மாவு போன்றவற்றைச் சேர்க்காமல், ஒரு பிடி மெது அவலைக் கலந்து தட்டினால், தட்ட இலகுவாகவும், வடையின் மிருதுத் தன்மை குறையாமலும் இருக்கும்.

- உமா.



மகர ராசி :

உத்திராடம் 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், திருவோணம், அவிட்டம் 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்.

மாதத்தின் முற்பகுதியில் கல்வியாளர்கள், விஞ்ஞானிகள், நிதி நிறுவனத்தார் பயனடைவார்கள். பிற்பகுதியில் எரிபொருள் துறையினர், கண் மருத்துவர்கள், வேதம் ஓதுபவர்கள் முதலானோர் பயன் பெறுவர். கலைஞர்களுக்குப் பரிசும், பாராட்டும் கிடைக்கும். அரசுப் பணியாளர்களுக்கும், அரசியல்வாதிகளுக்கும் அலைச்சலும், அவசரப் பிரயாணங்களும் ஏற்பட்டு வீண் விரயம் ஏற்படும். ஒருசிலருக்குக் கேதுவால் நன்மை ஏற்படும். ஆனால் இராகுவால், விரயமும், மனக் கஷ்டமும் உண்டாகும். ஒதுக்கப்பட வேண்டிய நாட்கள் 1, 2, 28, 29, 30 தேதிகள். இலாபம் தரும் நாட்கள் 7, 8, 9 தேதிகள்.

கும்ப ராசி :

அவிட்டம் 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், சதயம், பூரட்டாதி 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

ஏழரைச் சனியினால் உடல்நிலை சற்று பாதிக்கப்பட்டாலும், கவலைப் படத் தேவையில்லை. சிம்ம குரு உங்களுக்குத் தேவையானதைத் தேவையான நேரத்தில் தனது பார்வை மூலம் அருளச் செய்வார். ராகுவால் நன்மை உண்டு. வாகன யோகம் ஏற்படும். வீட்டில் சுப நிகழ்ச்சி ஒன்று ஏற்பாடாகும். சுக்கிரனால் சற்று சுகக் குறைவு ஏற்படும். மாதத்தின் பிற்பகுதியில் இசைக் கலைஞர்கள், ஓவியர்கள், சிற்ப

சாஸ்திரிகள், இலக்கியத் துறையினர்; நாடகத் துறையினர் ஆகிய நுட்பக் கலைஞர்கள் நன்கு பாராட்டப்படுவார்கள். புது ஒப்பந்தமும் ஏற்படும். எதிர்பாராத தன லாபமும் ஏற்படலாம். அதுவும் 10, 11, 12 தேதிகளில் நடக்கலாம். தள்ளப்பட வேண்டிய தேதிகள் 3, 4, 5 தேதிகள்.

மீன ராசி :

பூரட்டாதி 4 - ஆம் பாதம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி.

இராசிநாதனின் சஞ்சாரம் சஞ்சலத்தைத் தந்தாலும், சுக்கிரப் பார்வைச் சுகத்திற்கு அடிகோலும் என ஒருவிதத்தில் கூறலாம். பொதுவாகச் சிம்மத்தில் குரு இருந்து, சனி இலாபத்திலிருந்தாலும் மீன ராசிக்காரர்களுக்கு ராஜ யோகம் ஏற்படும். அது இந்த மாதத்தில் மாதத்தின் பிற்பகுதியில் ஏற்படலாம். அதுவும் புதனால் ஏற்படும். பாம்புக் கிரகங்கள் பல சோதனைகளுக்கு உட்படுத்துவார்கள். தாய் வழி தந்தை வழிபாட்டனார், மற்றும் பங்காளிகள் சிலருக்குப் பாதகத்தை ஏற்படுத்தலாம். அதனால் பண விரயம் ஏற்படலாம். மற்றபடி ஜீவ பயம் இல்லை. 13, 14 தேதிகளில் எதிர்பாராத தனலாபமும், 5, 6, 7 தேதிகளில் ஏமாற்றமும் ஏற்படலாம். தட்சணாமூர்த்தியை வழிபட்டால் தோஷமற்ற வாழ்வைப் பெறுவீர்கள்.

இணையற்ற இராஜயோகமும், நிகரற்ற நிபுண யோகமும்

உலகில் பிறந்த மனிதர்களின் அங்க அமைப்புக்கள், வம்சப் பாரம்பரியம், கால

சீனிவாசரெட்டி தெரு சமூக நல சேவா சங்கம்

சென்னை தி. நகரிலுள்ள இச் சங்கத்தின் இரண்டாவது ஆண்டு விழா 14.9.91, 15.9.91 ஆகிய தினங்களில் தெருவில் நடைபெற்றது. முதல் நாள் இரவு 7 மணிக்கு இந்திய அரசாங்க நாடகப் பிரிவைச் சேர்ந்த கலாவிலாஸினி நாடக சபாவின் அமைப்பாளர் கலைமாமணி திரு பி.ஏ. கிருஷ்ணன் குழுவினர் 'குடும்ப விளக்கு' என்ற சமூக நாடகத்தை நடத்தினர்.

15.9.91 அன்று இரண்டாவது ஆண்டு விழா வசந்த் அண்டு கோ உரிமையாளரும் சங்கத்தின் தலைவருமான திரு. ஹெச். வசந்தகுமார் அவர்கள் தலைமையில் நடைபெற்றது. விழாவிற்கு வந்திருந்தோரையும் முக்கிய விருந்தினர்களையும் நிர்வாகக் கமிட்டி உறுப்பினர் திரு. பி. வெங்கட்டராமன் அறிமுகம் செய்து வரவேற்றார். சுதந்திரப் போராட்ட வீரரும் சென்னை மாநில நுகர்வோர் சங்கத் தலைவருமான திரு. ஆர். ஆர். தளவாய் அவர்கள் 'நுகர்வோர் உரிமைகளும் பாதுகாப்பும்' என்ற தலைப்பில் சொற்பொழிவாற்றினார். நுகர்வோருக்குண்டான பல்வேறு உரிமைகள் பற்றியும் என்பது பற்றியும் அவைகளை எவ்வாறு செயலாற்றலாம் என்பது பற்றியும் விளக்கினார். பின்பு 'மங்கையர் மலர்' பத்திரிகையின் இணை ஆசிரியை திருமதி மஞ்சுளா ரமேஷ் அவர்கள் விழா மலரை வெளியிட்டு சங்கம் செய்து வரும் அநேக விதமான சேவைகளைப் பாராட்டிப் பேசினார். தமிழ்நாடு மின்சார வாரியம் செயற்பொறியாளர் திரு. டி. ஆர். இராஜகோபாலன் அவர்கள் 15.8.91, 25.8.91 தேதிகளில் நடைபெற்ற விளையாட்டுப் போட்டி, சித்திரப் போட்டி, பாட்டுப் போட்டி, மாறுவேடப் போட்டிகளில் வெற்றி பெற்றவர்களுக்குப் பரிசுகள் வழங்கினார். முடிவில் பொதுக் காரியதரிசி திரு. என். சுந்தரமூர்த்தி அவர்கள் நன்றி கூற விழா இனிது முடிந்தது.



நிலை, இயற்கை அமைப்பு, தட்பவெப்ப நிலை இவைகளுக்கு ஏற்ப அமைகின்றன. ஒருவரைப் போலவே ஏறத்தாழ மற்றொரு வரும் இருப்பதும் உண்டு. ஆனால் ஒருவருக்கு இருப்பது போலவே மற்றொருவருக்கும் ஒரே மாதிரியான கைரேகை அமைவதில்லை. ஒரே நேரத்தில் ஒரே இடத்தில் ஒரே லக்கினத்தில் பிறந்துள்ள இருவரின் வாழ்க்கை நிலை ஒரே மாதிரியாக அமைவதில்லையே எனப் பலரும் கேட்பதுண்டு. ஆனால் ஜாதக சம்பந்தமாக ஏற்படும் இந்த சந்தேகத்தை ''கைரேகைகள் ஒரே மாதிரி அமையாததால்தான் வாழ்க்கையின் நிலையும் மாறுபாடு அடைகிறது,'' என கைரேகை வல்லுநர்கள் கூறி, ''ஜாதகத்தை விட கை ரேகை மூலம் பலன் பார்ப்பதே சிறந்தது என வாதாடுவதும் உண்டு. எது எப்படி இருந்தபோதிலும் மனிதர்கள் வாழ்க்கையில் ஏற்படும் மாறுபாடுகளும், வேறுபாடுகளும் வாழ்க்கையில் அவர்கள் பூர்வ ஜென்மத்தில் கேட்டு வந்த யோகத்தைப் பொறுத்தே அமைகிறது என்பதை ஜோதிட சாஸ்திரம் ஒப்புக் கொள்கிறது. அதனால் தான் ஜாதகம் எழுதும் போது ஆரம்ப ஸ்லோகத்தில் ''பதவி பூர்வபுண்யானாம்'' என்று கூறப்பட்டது. அப்படிப்பட்ட பூர்வ புண்ணியத்தினால் கிடைக்கின்ற யோகங்கள் 132-க்கு மேல்என்று கூறுவர். அப்படிப்பட்ட யோகங்களில் சிலவற்றை ஏற்கெனவே அறிந்து கொண்டிருக்கலாம். இந்த இதழில் இராஜயோகமும், நிபுண யாகமும் எப்படிப்பட்டவருக்கு ஏற்படும் என்பதை அறியலாம்.

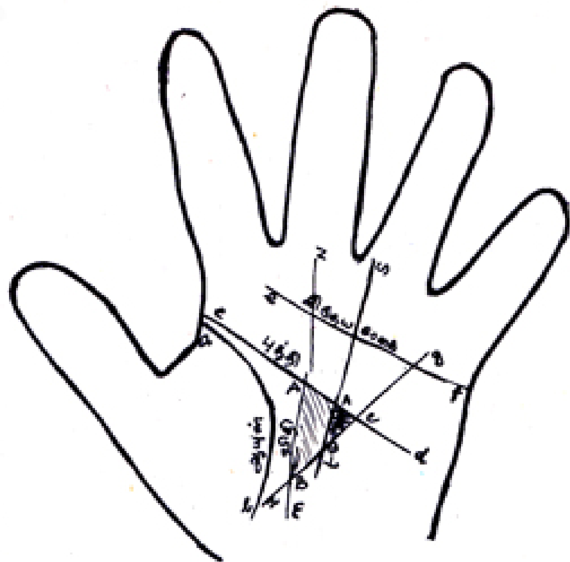
உள்ளங்கையில் காணப்படும் பிரதான ரேகைகளான ஆயுள், புத்தி, இருதய ரேகைகள் நன்கு அமைய வேண்டும். அப்படிப்பட்டவர்களுக்கு படத்தில் காட்டிய படி ரேகைகள் (a-b) (c-d) (e-f) ஒன்றுக்கொன்று சீரான இடைவெளி விட்டு அமைந்தால் இராஜயோகம் ஏற்படும். அத்தகைய இராஜயோகம் ஏற்பவர்களுக்குச் செல்வம் சேரும். அவர்களது அபிலாஷைகள் நிறைவேறும். சொந்தத்தில் சொத்துக்கள், வீடு வாகன வசதிகள் அமையும். அத்துடன் விதிரேகையும் (m-n) சூரிய ரேகையும் (s-t) ஆரோக்கிய ரேகை எனும் புதன் ரேகையும் (x-y) மேற்கண்ட பிரதான ரேகைகளைப் படத்தில் கண்டவாறு ஊடுருவிச் சென்றால் நிபுண யோகமும் ஏற்படும். ஒரு தொழிலில் நிபுணராக ஆவதும், கலையுலகில் சகலகலா வல்லவராகத் திகழ்வதும் இத்தகைய ரேகைகளின் அமைப்புப்படிதான் அமையும்.

சங்கீத மேதை ஒருவர் பாட்டு, மிருதங்கம், வயலின், வீணை, புல்லாங்குழல் ஆகிய அனைத்து இசைத்துறையிலும் போற்

றப்படத் திகழ்வதற்கு இத்தகைய இராஜ யோகமும், நிபுண யோகமும் அவசியம். இந்த ரேகைகளின் அமைப்பின் காரண மாகவே ஒருவர் தொழில் மேதையாகவும், மற்றொருவர் சிறந்த வியாபாரியாகவும், ஏற்றுமதியாளராகவும், செல்வச் சிறப்பைப் பெற்றுப் புகழுடன் திகழ்வார்கள்.

ஆரோக்கிய ரேகை எனும் புதன் ரேகை யும், சூரிய ரேகையும், புத்தி ரேகையும் சேர்ந்து ஏற்படுத்துகின்ற முக்கோணப் பகுதி யான ABC ஒருவரை சிறந்த எழுத்தாளராக ஆக்குவதுடன், சகல கலைகளைப் பற்றிய தொரு விமர்சகராகவும் செய்கிறது. இத்த கைய அமைப்பின் மூலம் முக்கியமாக மூன்று அம்சங்களை நாம் அறிய முடியும். 1. கலைத் துறையில் மேம்பாட்டை விதி அல்லது சூரிய ரேகையும், 2. சிறந்த முறை யில் புகழடையத்தக்க அறிவாற்றலைத் தர புத்தி ரேகையும், 3. அத்தகைய கலைஞர்கள் தமது திறமையால் அக் கலைகளைத் தொழில் ரீதியாகவும் பயன்படுத்திச் செல்வம் சேர்க்கவும், என்றும் அழியாப் புகழை எய்திடவும், உதவுகின்ற புதன் ரேகையும் ஒன்று கூடுவதால்தான் அத்த கைய நிலையுள்ள நிபுண யோகமும் இணை யற்ற இராஜயோகமும் ஏற்படும்.

இப்படிப்பட்ட அமைப்புக்கள் இருந் தும் ஒருவர் முன்னுக்கு வரவில்லை எனில்



அதற்குக் காரணம், அவர் சரிவரத் தனது ஆற்றலை அறிந்து கொள்ளாமலும், முறை யாக முயற்சி செய்யாமலும், அதுவும் செய்ய வேண்டிய காலத்தில் செய்யாமலும் விட்ட தால்தான் தாழ்மை நிலை ஏற்பட்டுள்ளது என அறியலாம்.

- ஜெயலட்சுமி கிருஷ்ணன்



பாரதி பார்க் லேடீஸ் அசோசியேஷன்

கோவை, சாயிபாபா காலனி, பாரதி பூங்கா பகுதியில் வசித்து வரும் பெண்கள் உறுப்பினர்களாக இணைந்து ''பாரதி பார்க் லேடீஸ் அசோசியேஷன்'' என்னும் பெயரில் மகளிர் மன்றத்தை ஏழு ஆண்டு களாகச் சிறப்பாக நடத்தி வருகிறோம்.

105 உறுப்பினர்களைக் கொண்ட எங்கள் மன்றம் வாரந்தோறும் வியாழனன்று ஒவ்வொரு உறுப்பினர் வீட்டில் கூடுகிறது. குறிப்பிட்ட ஒரே இடத்தில் சந்திக்காமல் ஒவ்வொரு உறுப்பினர் வீட்டிலும் சந்திப்ப தால் எல்லா உறுப்பினர்களைப் பற்றியும் அவர்கள் குடியிருக்கும் பகுதி பற்றியும் நன்கு தெரிந்து கொள்ள முடிகிறது. இதனால் எல்லோரிடத்திலும் நெருக்க உணர்வும் அதிகரிக்கிறது. சுமார் ஆயிரம் குடியிருப்புகளுக்கும் மேலாக அமைந் துள்ள எங்கள் பகுதி மகளிர் ஒரு கோடியில் இருந்து மற்றொரு கோடி வரையில் அனைவரையும் தெரிந்து வைத்திருப்பது குறிப்பிடத்தக்க ஒன்றாகும்.

மாதத்தில் ஒரு வாரத்தை எங்கள் பிரச்னைகளைத் தீர்வு காண்பதற்கு என்று ஒதுக்கி, எல்லோரும் ஒருங்கிணைந்து செயல்பட்டு அதில் வெற்றியும் காண்கி றோம். மற்ற வாரங்களில் சமையல், மருத்துவம், கைவேலைகள் பெயிண்டிங் ஆகியவற்றில் தேர்ந்தவர்களை அழைத்துப் பேசச் சொல்லியும், செயல்முறை விளக் கங்கள் மூலமும் அந்தந்த துறைகளில் அனுபவமும் அறிவும் பெறுகிறோம்.

அனைத்து மாதப் பண்டிகைக் கொண் டாட்டங்களிலும் அனைவரும் ப ங் கு கொண்டு மகிழ்கிறோம். மேலும் முதியோர் இல்லம், அனாதை இல்லம், தொழு நோயாளர் இல்லம் ஆகிய இடங்களுக்கு அவ்வப்போது சென்று உதவிக்கரம் நீட்டுகிறோம்.

கண்தானம், இரத்ததானம் போன்ற வற்றில் முழு மனதோடு ஈடுபட்டு அதற்காக மற்றவரையும் ஊக்குவிக்கி றோம். வெளியில் சென்று சமூக சேவை செய்வதை விட எங்களுக்குள்ளேயே இன்ப, துன்பங்களில் பங்கு கொள்வதில் மகிழ்ச்சியும் பெருமையும் அடைகிறோம்.

பெண் கு ழ ந் தை க ள் ஆண்டை முன்னிட்டு நாங்கள் தங்கள் இதழில் வெளியான பெண் உரிமைக்கும் முன் னேற்றத்திற்குமான உறுதிமொழி களை பிப்ரவர் 28-ஆம் தேதி எங்கள் தலைவர் திருமதி. சீதாமணி அவர்கள் தலைமையில் எடுத்துக் கொண்டோம். அப்போது எடுக்கப்பட்ட புகைப்படத்தையும் இத் துடன் இணைத்து அனுப்பி யுள்ளோம்.

- சீதாமணி,

செயலாளர்.

இப்போது, விம்
ஏறக்குறைய பாதிவிலையிலே...



பேரச் சலுகை
அளிக்கும் (கேரிபேக்) தூக்குப் பை.

இப்போது ஏறக்குறைய பாதி விலையில் கிடைக்கிறது நீங்கள் விரும்பும் விம்..... பணமிச்சம் தரும் (கேரி பேக்) தூக்குப் பைகளிலே!

ஒப்பிட்டுப் பாருங்களேன்

பேக் 100 கிராம் விலை

---

500 கிராம்
கேனிஸ்டர் 165 பைசா

2.5 கிலோ
கேரிபேக் பை 93 பைசா



உபயோகிப்பிலேயோ மேலும் சிக்கன லாபம் கிடைக்கிறது. இதில் உங்களுக்கு ஒரு துளியளவு விம் உயர்வளமெங்கும் நுரை கொழித்து பிசுக்குகளை விசுக் என வெளியேற்றுகிறது களகருக்காக. ...அதிகப் பாத்திரங்களைத் துலக்குகிறது ஒளிமினுக்க. விரைந்தோடி இன்றே வாங்குவீர் புதிய விம் கேரிபேக் உங்கள் தேவைக்குகந்த அளவிலே (தேர்ந்தெடுக்கக் கிடைப்பவை 500 கிராம், 1 கிலோ அல்லது 2.5 கிலோ பேக்குகள்)

ஒரு துளி விம் தரும் துலக்கம் அதிகப் பாத்திரங்கள் ஒளிமினுக்கும்

LINTAS-VG-482A/2217 TAM

இந்துஸ்தான் லீவரின் தரமான தயாரிப்பு

உங்கள் குழந்தைகளின் அறிவுத் திறனை பிரமிக்கத்தக்க அளவில் உயர்த்துவது எப்படி?

உங்கள் குழந்தைக்கு மூன்று மாதங்கள்தான் ஆகிறது என்றால் அக்குழந்தை நூற்றுக் கணக்கான விஷயங்களை தன் பிஞ்சு மூளையில் பதித்துக் கொள்ளத் தயாராக இருக்கிறது என்று பொருள்.

நீங்கள் செய்ய வேண்டியதெல்லாம் வகைக்கு 50 பறவைகள், மரங்கள், மலர்கள், செடிகள், மிருகங்கள், பூச்சிகள், பாம்புகள் இவற்றின் வரை படங்களை தனித்தனியாகப் பெரிய அளவு அட்டையில் ஒட்டிவைத்துக் கொண்டு குழந்தையை அன்புடன் அணைத்து அவற்றின் கவனத்தைக் கவரும் வண்ணம் உரத்த குரலில் அவற்றின் பெயரை உச்சரித்துப் படத்தைக் காண்பித்து இயற்கையைப் பற்றிய அறிவை வளர்க்கவேண்டும்.

குழந்தை ஒரு வயது வளர்வதற்குள் நிறைய விஷய ஞானம் பெற்றுவிடும்.

அப்போது பாடத்திட்டத்தை விரிவான பகுதிகளாக பிரித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

உதாரணமாக :

1. பகுதி : ஜீவசாஸ்திரம்
   வகை : பூச்சிகள்
   விஷயத்துளிகள் : 10 வகைப் பூச்சிகள்
   (பூச்சிகளின் வரைபடங்கள் காட்டப்பட வேண்டும்)
   (குறிப்பிட்ட பெயருடையவை)
2. பகுதி : இசைத்துறை
   வகை : இசைக்கருவிகள்
   விஷயத்துளிகள் : 10 வகை இசைக்கருவிகள்
   (அவற்றின் படங்கள்)
3. பகுதி : மொழி இயல்
   வகை : உணவு வகைகள்
   விஷயத்துளிகள் : 10 பழங்கள், காய்கள்
   (10 மொழிகளில் பெயர் குறிப்பிட்டு)
4. பகுதி : இலக்கியம்
   வகை : குழந்தை இலக்கிய எழுத்தாளர்கள்
   விஷயத்துளிகள் : 10 எழுத்தாளர்கள்
   (புகைப்படங்கள்)

இவ்விதமாக கணிதம் (10 ஜியோமிதி வடிவங்கள்) பொது விஞ்ஞானம் (10 கண்டு பிடிப்புக்கள்) மனித உடற் சாஸ்திரம் (10 மனித உடல் பாகங்கள் படங்களுடன்) என்று பாடத் திட்டம் தயாரிக்கப்படுகிறது.

இவ்விதக் குறிப்புகளைச் சேகரிக்க Encyclopaedia Britannica என்ற புத்தகங்களின் வரிசை உதவும். இவற்றில் 12 பில்லியன் 500 மில்லியன் விஷயத்துளிகள் உள்ளன.

சிறு சிறு விஷயத்துளிகளை இணைத்து பெரிய அளவில் Formula க்களை நாமே தயாரித்து விடை தேடுவது முறையாக பயின்ற குழந்தைகளுக்கு மிகவும் சுவையான விஷயம்

என்கிறார்கள்.

உதாரணம் : மற்ற பிராணிகளைக் கொன்று உண்ணக் கூடிய மிருகங்களுக்கான சூத்திரம்.

பகுதி : ஜீவசாஸ்திரம்

வகை : பாலூட்டிகள்

வரிசை : மற்ற பிராணிகளை உண்ணக் கூடியது

விஷயத்துளி : ஓநாய்.

Formula : இவை 1. எங்கு வாழும்? 2. என்ன உண்ணும்? 3.அவற்றின் குறிப்பிட்ட குண மென்ன? 4. இவற்றின் முதல் எதிரியார்? 5. இவை எந்த வர்க்கத்தைச் சேர்ந்தவை? 6. எந்த இனம்? 7. எந்த வழித் தோன்றல்? 8. எந்த மிருகக் குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவை? 9. எந்த வகையைச் சேர்ந்தவை? 10. எந்தப் பிரிவைச் சேர்ந்தவை?

பதில் :

1. ஓநாய் - காட்டு நாய். இவை வட அமெரிக்க, கிரீன்லேண்ட், ஐரோப்பா மற்றும் ஆசியா ஆகிய இடங்களில் அடர்ந்த காடுகளில் வசிக்கும்.
2. மான், மூஸ், கரீபு, எல்க், என்ற மிருகங்களை வேட்டையாடும்.
3. ஓநாய் ஒரு நாளில் 40 மைல் தூரம் ஓடும்
4. ஓநாய் நுட்பமான அறிவுடையது. மனிதன்தான் அதனுடைய ஒரே எதிரி.
5. வெர்டெப்ரேடா வர்கத்தை சேர்ந்தது.
6. பாலூட்டி இனம்
7. கார்னிவோரா வழியில் தோன்றியது.
8. கேனிட்டே
9. கேனஸ்
10. லூபஸ்.

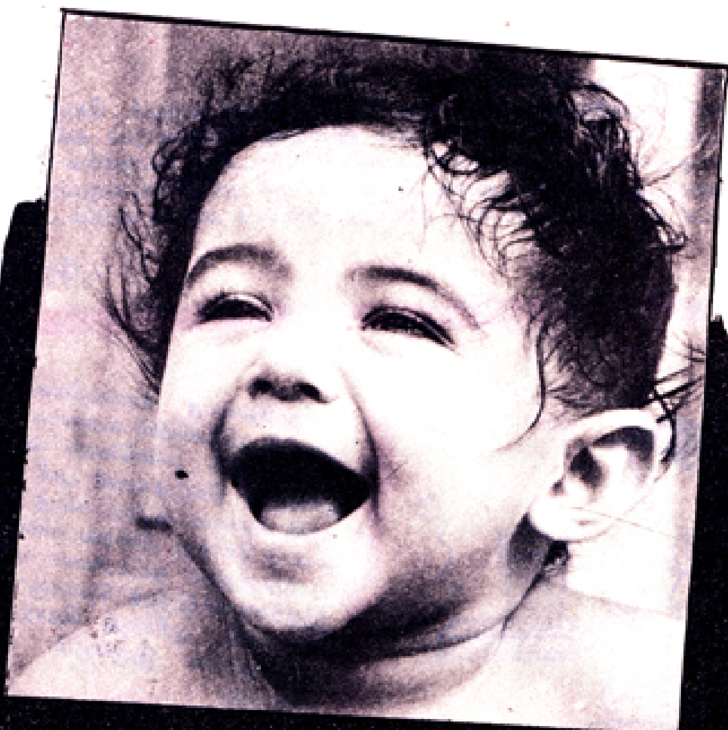
உதாரணம் 2

பகுதி : சரித்திரம்

வகை : ஐக்கிய அமெரிக்க நாட்டின் ஜனாதிபதிகள்

வரிசை : முதல் 10 ஜனாதிபதிகளில்

விஷயத்துளி : தாமஸ் ஜெபர்சன்



Formula :

1. ஜனாதிபதி பிறந்த மாநிலம் எது
2. அவருடைய இளமை நிகழ்ச்சி ஏதாவது ஒன்று
3. ஜனாதிபதி வரிசையில் இவர் எந்த எண்?
4. இவருடைய மிகக் குறிப்பிடத் தகுந்த சாதனை என்ன?
5. அவருடைய அரசியல் சரித்திர பின்னணி என்ன?
6. அவர் இதற்கு முன்பு வகித்த அரசியல் பதவிகள்?
7. அவருடைய சரித்திர அரசியல் சாதனைகள்?
8. அவருடைய ஆட்சிக் காலத்தின் போது முக்கிய சாதனைகள்?
9. அவருடைய இல்லம் அல்லது நினைவாலயத்தின் பெயர்.
10. அவர் இறந்த தேதி, இறப்பின் காரணம் என்ன?

இவை போன்ற 10 விஷயத்துளிகளும் அவற்றிற்குச் சம்பந்தப்பட்ட இணைப்புச் செய்திகளையும் வழங்கும்போது குழந்தையின் அறிவுக் களஞ்சியத்தில் 3,628,800 இணைப்பு விஷயத்துளிகள் பதிவாகி விடுகிறது என்று கண்டு பிடிக்கப்பட்டுள்ளது.

இவ்வித விஷயத்துளிகளை உருவாக்க ஒரு கணித விதி உள்ளது. அதன்படி ஐந்து வித வர்ண அட்டைகளை எடுத்துக் கொள்வோம்.

சிகப்பு, மஞ்சள், நீலம், பச்சை மற்றும் வெள்ளை

இவற்றை ஒன்றுக்கொன்று இணை சேர்த்தால் (ஜதை) ஒவ்வொரு விஷயத்துளி கிடைக்கும். கீழ்கண்ட சூத்திரன் அடிப்படையில் பல்வேறு விஷயத்துளிகளை உருவாக்க லாம்.

அதாவது 5 X 4 X 3 X 2 X 1

இதன்படி 120 வழிகளில் 5 வர்ணங்களை இணைக்கலாம்

சிகப்பு - நீலம்; மஞ்சள் - நீலம்; பச்சை - நீலம்; வெள்ளை - நீலம்; சிகப்பு - மஞ்சள்; பச்சை - மஞ்சள்; வெள்ளை - மஞ்சள்....

அவை 6 வர்ணங்களாக எடுத்துக் கொண்டால் 720 விஷயத்துளிகள்
7 வர்ணம் என்றால் விஷயத்துளிகள் 5040
8 வர்ணம் என்றால் விஷயத்துளிகள் 40320
9 வர்ணம் என்றால் விஷயத்துளிகள் 362880
10 வர்ணம் என்றால் விஷயத்துளிகள் 3628800
11 வர்ணம் என்றால் விஷயத்துளிகள் 39916800
12 வர்ணம் என்றால் விஷயத்துளிகள் ....

என்ன வியப்படைகிறீர்களா?

இத்தகைய அறிவுத்தாகத்தை சிறுபிராயம் முதல் ஏற்றுக் கொண்ட குழந்தைகள் தங்களுடைய மூளை நரம்பு மண்டலம் விரைந்து செயல்படும் தன்மையை கைவரப் பெற்றால் புத்துணர்ச்சியுடன் தங்கள் அறிவைத் தொடர்ந்து பெருக்கிக் கொள்கின்றனர்

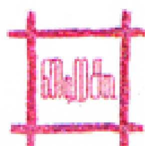
இத்தகைய ஒரு மென்மையான, மேன்மையான புரட்சியை உருவாக்கியவர்கள் யார், அவர்களுடன் எப்படித் தொடர்பு கொள்வது என்பதை அடுத்த மாதம் பார்ப்போம்?

– ரேவதி சங்கரன்



நாரில்லாத காய்கறிகளைத் துண்டு களாக்கி, மிக்ஸியில் நைஸாக அரைக்கவும். வாணலியில் எண்ணெய் விட்டு, கடுகு தாளித்து, 'கெட்டியான புளி நீருடன் காய் கறிக் கலவை, உப்பு, காரத் தூள், பெருங் காயம் சேர்த்து, நிறைய எண்ணெய் விட்டு பாத்திரத்தில் ஒட்டாமல் சுருளக் கிளறி இறக்கவும். இந்தத் 'தொக்கு' மோர்ச்சாதம், சப்பாத்தி, பூரிக்குத் தொட்டுக் கொள்ள பிரமாதமாக இருக்கும். பல நாட்கள் கெடாது.

- உமா.



சேலைகள்

ட்ரெஸ் துணிகள்

பாம்பே டையிங்

ஸ்தாபிதம் 1879

போராடும் பெண்மணிகள்

சௌம்யா தெளிந்திருக்கலாம். தெளிந்திருக்க முடியும். ஆழ்ந்து யோசித்திருந்தால் இது ஒரு நட்புணர்வு. எனக்காகக் கார் ஓட்டி வீடு வந்து, குழந்தையைப் பள்ளிக்கூடத்திலிருந்து கூட்டி வந்து பத்திரமாய் சேர்த்தது நட்புணர்வு. அங்கே பிரச்னை ஏற்பட்டு விட்டது. நாமும் அதற்குப் பதில் உதவி செய்தோம் - அவ்வளவுதானே..

இதில் பிறர் கேலிக்குப் பயப்படுவானேன்.

அவன் லவ் யூ என்று சொல்லி விட்டதால் எனக்குப் பயமா?

அவன் லவ்யூவைப் புறக்கணித்த பிறகு அமைதியாய் நடந்து கொண்டானே அதனால் குழம்புகிறேனா...

அவன் அமைதியாய் விலகினாலும் சமயத்தில் உதவி செய்து உபத்திரவப்பட்டானே அங்கே கழிவிரக்கம் வந்து விட்டதா?

நான்தானே காரணம்... சகலத்துக்கும் என்கிற வேதனையா?

இதே வேறு ஆளை என்னோடு இணைத்துப் பேசியது என் காதில் விழுந்தால் என்ன செய்வேன்..

''என்ன மிஸ்டர், எப்படி இருக்கு உடம்பு? செருப்பு பிஞ்சிடும். ஜாக்கிரதை'' என்று நடு ஆபீஸில் ஆவேசம் காட்டியிருக்க மாட்டேனா...?

ரொம்ப ஒட்டி விட்டோமா.. உதவி என்று அதிகம் நெருங்கி விட்டோமோ.

உள்ளே ஒரு பலவீனம் வந்து விட்டதோ... அதுதான் கேலிக்குப் பயம் தருகிறதோ..

நான் சரியில்லையோ..

சரி செய் சௌம்யா.

எப்படி?

உனக்கு எதற்கு அவன் உறவு. அறு. மனசுலேர்ந்து அவனைப் பற்றி எண்ணங்களை அறு.

கரெக்ட். அதான் கரெக்ட். மனசை சௌம்யா ஆமோதித்தாள்.

''அறுத்துட்டியா...'' மனசு மறுநாள் கேட்டது.

''யெஸ். ஏன்...''

''கேட்டேன்...''

''போய்ப் பார்க்கணும்னு தோணலையா?''

''தோணறது.''

''அப்ப அறுக்கலையோ?''

''நாட் இன் தட் வே. ஜஸ்ட் எ பிரண்ட். ஆபீஸ் ஃப்ரண்ட்.''

அப்படியா.. மனசு மடங்கிக் கொண்டது.

மறுநாள் ஆபீஸ் விலாசத்திற்கு ஒரு கடிதம் வந்திருந்தது.

கணேசன் கைப்பட எழுதியிருந்தான்.

'அன்புக்கு நன்றி. ஆயிரம் யானை பலம் வந்து விட்டது இப்போது. நீங்கள் செய்த உதவிகள் இதோ இன்னும் என் கட்டிலைச் சுற்றி இருக்கின்றன. காரிலிருந்து இழுத்துப் போட்டு அடித்தவனுக்கு நன்றி சொல்ல வேண்டும். லீவு எக்ஸ்டென்ஷன் செய்திருக்கிறேன். என் சம்பள செக் மெடிக்கல் ரீஇம்பர்ஸ்மென்ட் கவனித்துக் கொள்ள வேண்டும். நன்றி.

பேங்க் வாசலில் பிள்ளையார் கோவிலுக்குப் பத்து ரூபாய் தருவேன். இந்த முறை நூற்றியொன்று என் சார்பாய் தர வேண்டுகிறேன். உங்கள் மகளுக்கு என் வாழ்த்தைச் சொல்லுங்கள்'.

பத்து, இருபது , முப்பது.... நூறு முறை படித்தாள்.

காதல் கடிதமா இது.. அப்புறம் ஏன் நூறு முறை படிக்கிறேன்.

''மேடம் மெடிக்கல் பில் அனுப்பியிருக்காரு, கணேசன். பாஸ் பண்ணி செக் உங்ககிட்டே தரச் சொல்லியிருக்காரு.''

''சரி.''

பாலகுமாரன்


WARD

நித்தம் பழுது பார்க்கும் கிட்?

''என்ன செய்வது இப்போது?''

இரண்டு செக்கும் வாங்கினாள். கணேசுக்காக என்று கையெழுத்திட்டாள். வீட்டுக்குப் போய் குழந்தையோடு ஆஸ்பத்திரி போனாள்.

கட்டிலில் அவன் இல்லை.

''டிஸ்சார்ஜ் ஆயிட்டாரா, கணேசன்?''

''இல்லை மேடம். பிஸியோதெரபில இருக்காரு.''

''முழங்காலில் நல்ல அடி. வீக்கம் வடியவில்லை. நடக்க பயிற்சி கொடுத்து புதுபலம் தருகிறார்கள். கைக்கும் பயிற்சி அவசியம்.''

மோசமான காட்சி அது...

சக்கரத்தால் ஒரு ஓடு பாதை நகர அதில் நடந்து கொண்டே இருக்க வேண்டும். கணேசனால் ஓடு பாதை வேகத்துக்கு நகர முடியவில்லை. வலி. கம்பியைப் பிடித்துக் கொண்டு நடக்க முடியாது தொப்பென்று அப்படியே சரிந்து ஓடு பாதை கடைசியில் கொண்டு வந்து தள்ளி மறுபடி எழுந்து நின்றான்.

''நடங்க... நடங்க. அப்பத்தான் ரத்தம் கட்டினது கரையும்.''

''முடியலை சிஸ்டர்.''

''நடங்க மிஸ்டர்.''

''வலிக்குதே.''

''வலிக்கும் நட. ஆம்பளை வலி பொறுத்துக்க முடியசதோ.''

மறுபடி பொத்தென்று விழுந்து பாதை ஓரம் நின்ற நர்ஸ் மீது விழுந்தான்.

''என்ன இந்த பேஷண்ட்.. பேஜார் பண்ணுது. கம்பியை உறுதியாப் புடி.''

''கை வலிக்குதே.''

''ஸிஸ்டர் நான் ஹெல்ப் பண்ணட்டா'' சௌம்யா சகிக்க முடியாமல் உள்ளே நுழைந்தாள்.

''யாரும்மா நீ?''

''கணேசன் ரிலேடிவ்'' அக்கா தங்கை, மனைவி, மகள் ஏதோ ஒன்றை வைத்துக் கொள் என்பதாய்ச் சொன்னாள்.

கணேசனை வாரித் தூக்கி நிறுத்தினாள்.

''கணேசன் உங்களால முடியும். ட்ரை பண்ணுங்க. சரியாக வேண்டாமா.. நில்லுங்க. நான் புடிச்சுக்கறேன். சிஸ்டர், ஆன் பண்ணுங்க.''

பாதை நகர்ந்தது. கணேசன் நகர்ந்தான். அவன் பின்னுக்கு வர உறுதியாய் அவன் முழங்கையை சௌம்யா பிடித்துக் கொண்டாள்.

''வலிக்குது சௌம்யா.''

''வலி தாங்கணும் கணேஷ்... சரியாகணும்னு நினைச்சா வலி தாங்க முடியும்.''

''பத்து நிமிஷம் நடக்கணும்மா. பார்த்துக்குவீங்களா...''

தடுமாறி தடுமாறி நடந்தான். பல் கடித்து உடம்பு அசைத்து நடந்தான்.

''முடியலை சௌம்யா.''

''முடியும். இதோ கொஞ்சம் முடியறதே. இன்னும் கொஞ்சம் ட்ரை பண்ணுங்கோ'' அவன் புஜத்தை இறுகப் பிடித்துக் கொண்டாள். பத்து நிமிடத்திற்குப் பிறகு மிஷின் தானே நின்றது. இறங்கியதும் உடம்பு நடுங்கிக் கொண்டிருந்தது. சௌம்யா அவனை அப்படியே தாங்கிக் கொண்டாள். மெல்ல நகர்த்தி வெளியே வந்து உட்கார வைத்தாள்.

கணேசன் உதடு பிளந்து தலை பின்னுக்குச் சாய்த்து பரிதாபமாய்க் கிடந்தான்.

''அம்மா வரலையா...?''

''ரெண்டு வேளை வர முடியலை பாவம். ஒருவேளை வா போறும்



டிஸ்கோ புட்டு : கடலைப்பருப்பு, ப.பருப்பு, துவரம் பருப்பு மூன்றையும் ஒவ்வொரு கிண்ணம் வீதம் எடுத்து வறுத்து, ஊறவைத்து, அரைத்து வைக்கவும். வாணலியில் நெய்விட்டு இவற்றைப் போட்டு உதிரும் வண்ணம் வதக்கவும். (அடுப்பை நிழல் போல் எரிய விடவும்) 4 கிண்ணம் சர்க்கரையைப் பொடித்துப் போட்டுக் கிளறி, தே.மூடி துருவி இட்டுக் கிளறி, ஏலப் பொடி, முந்திரி சேர்க்கவும். அதி அற்புதமான இந்த 'டிஸ்கோ புட்டு' வாசனையோடும், அதிக ருசியோடும் இருக்கும்.

- கமலா

னுட்டேன். கார்த்தால வருவா.''

''எனக்குச் சொல்லி அனுப்பக் கூடாதா? நான் வந்திருப்பேனே சாயங்கால வேளைல.''

''நீங்களே வருவீங்கன்னு நினைச் சேன்.''

''நேத்திக்கும் இந்த மாதிரி அவஸ்தை தானா?''

''ரெண்டே நிமிஷம். நடந்தேன்.''

''அப்புறம்?''

''முடியலை. வலில ஒன்னு கத்திட் டேன்.''

'ஐ'ஆம் ஸாரி.''

அவன் பேசாதிருந்தான்.

அவள் குற்ற உணர்ச்சியில் தவித்தாள்.

''சௌம்யா வீல் சேர் அந்தக் கோடில இருக்கும்''. அவள் பிள்ளை ஓடிப் போய்த் தள்ளிக் கொண்டு வந்தது.

மறுபடி அவனை அணைத்து சக்கர நாற்காலியில் உட்கார வைத்தாள்.

''என்ன பத்து நிமிஷம் நடந்தீங்களா?''

''நடந்தேன்..''

''இவங்க புண்ணியத்துல நடந்தீங்க ளாக்கும். நேத்திக்குக் கத்தினீங்களே ஒரு கத்தல் அம்மாடி...''

தலைகுனிந்து பேசாதிருந்தான்.

''தினம் தினம் இப்படி நடக்கணும்மா. இல்லைன்னா பர்மனென்டா விந்தி விந்தி நடக்கற மாதிரி ஆயிடும். அவரு நல்லதுக் குத்தான் சொல்றோம்.''

''நாளைலேர்ந்து நடக்கறேன், சிஸ்டர்.''

''வெரிகுட். நீங்களும் முடிஞ்சா வாங் கம்மா.''

வீல்சேர் நகர படுக்கையில் மெல்ல ஏறி உட்கார்ந்தான். பழரசம் குடித்தான். சௌம்யா வெந்நீர் துண்டால் அவன் முதுகு, முகம் துடைத்தாள். மார்புப் பகுதியில் தானே துடைத்துக் கொண்டான்.

தாங்க்யூ என்று கண் மூடினான். தூங்கிப் போனான்.

''நாளை மாலை நிச்சயம் வருவேன்'' துண்டுச் சீட்டில் எழுதி அருகே வைத்து விட்டு வெளியே வந்தாள்.

''ம்ஹூம் இது சரியில்லை...'' மனசு மோசமாய் விமர்சித்தது.

''ஏம்மா உர்ருன்னு இருக்க...?''' பிள்ளை கேட்டது.

''அந்த மாமா ரொம்பப் பாவமில் லம்மா? யாரும் இல்லையா ஹெல் புக்கு...?''

''நாம இருக்கோமே.''

''ஏன் உர்ருன்னு வர்றே?''

''கவலையா இருக்கு'' பொதுவாய் பதில் சொன்னாள்.



* நல்ல கொளுத்துகிற வெயில்; வருகிற விருந்தினர்கள், குழந்தை களுக்கு ஜூஸ் தயாரித்துக் கொடுக் கிறோம். ஜூஸ் தயாரிக்கும் பொழுது சர்க்கரைக்குப் பதில் வெல்லத் தூளைக் கலந்து தயாரித்தால் உடலுக்கு மிகவும் நல்லது. சுவையும் அதிகரிக்கும்.

- உமா புஷ்பராஜ்.

மறுநாளும் போனாள். பிள்ளையோடு போனாள்.

இந்த முறையும் வலி இருந்தது. பத்து நிமிடம் நடக்க முடிந்தது. கைக்குத் தனியே பளு தூக்கி இறக்கி பயிற்சி செய்யச் சொன் னார்கள்.

அலுவலக விஷயம் பற்றிப் பேசி னார்கள். இந்திராகாந்தி பற்றி பேசினார்கள்.

''அம்மா உனக்கு தாங்க்ஸ் சொல்லச் சொன்னா ''

''எதுக்கு தேங்க்ஸ் எல்லாம்?''

''காருக்கு இன்ஷூரன்ஸுக்கு எழுத ணும்.''

''எழுதறேன்.'' அவன் சொன்ன குறிப்பு களை எடுத்துக் கொண்டாள். அவன் சிறிது நேரம் பிள்ளையோடு வோர்ட் பில்டிங் விளையாடினான். விடுகதை போட்டான்.

''நாளைக்கு சன்டே. நீங்க வர வேண் டாம்.''

''ஏன்...?''

''இருக்கறது ஒருநாள் லீவு. எதுக்கு சிரமம்?''

''கட் இட்...'' சௌம்யா கொஞ்சம் கோபமாய் பதில் சொன்னாள்.

ஞாயிற்றுக் கிழமை வெகுநேரம் இருந்

தான். அவன் அம்மாவோடு பேசினாள். அவளைப் பற்றி விவரம் சொன்னாள். அவள் அப்பாவோடு கடைக்குப் போய் ஹார்லிக்ஸ், பழங்கள் வாங்கி வந்தாள். நாள் தவறாது மறு வாரம் முழுவதும் போனாள்.

டிஸ்சார்ஜ் ஆன தேதியில் லீவு போட்டு விட்டு சகலமும் மூட்டை கட்டி டாக்ஸி வைத்து வீட்டில் இறக்கி...

''ரொம்ப சிரமம்... ரொம்ப சிரமம் உனக்கு.'' அவன் வீடு கொண்டாடியது. வயசாயிடுத்து... எங்களுக்குத் தள்ள லைம்மா... நீ தெய்வமா வந்து உதவி செஞ்சே...'' புகழ்ந்தது.

''வீட்டோட எத்தனை வேலை வேணு மானாலும் செய்வேன். வெய்யில் நேரத்துல வெளியே போறதுன்னாதான் கஷ்டம். ''முடிஞ்ச போது வாயேன்.''

முடியாது என்று இருவருக்குமே தெரிந்தது. அவன் வா என்று கூப்பிட வில்லை. அவளும் போகவில்லை. அங்கு தான் காதல் அரும்பியது.

பத்து நாட்கள் நடையாய் நடந்து, உப சாரம் செய்து, சட்டென்று பிரிந்தது தாபம் வளர்ந்தது. உள்ளே சோர்வு அதிகரித்தது. மணி ஐந்து அடித்தால் ஆஸ்பத்திரி போக தோன்றியது.

மனசு விசித்திரமானது. லகான் போட திமிறியது.

மறுபடி ஆபீஸுக்குக் கடிதம் வந்தது. சகலத்திற்கும் நன்றி. வரும் வாரம் வேலையில் சேருகிறேன். இடையே ஒருமுறை வீட்டிற்கும் வர ஆசை. மூன்றே வரிக் கடிதம்.

'கண்ணனே நீ வர காத்திருந்தேன்
ஜன்னலில் பார்த்திருந்தேன்
கண் மலர் தாமரை பூத்திருந்தேன்
என் முகம் வேர்த்திருந்தேன்'

பாட்டு மனசுள் ஓடியது.

திரைச்சீலை அசைந்தாலும் அவனோ என்று தோன்றியது. ச்சே என்னிக்குன்னு எழுதப்படாது? எல்லா நாளும் காத் துண்டு... கோபம் வந்தது.

மனசு எதையும் விமர்சிக்கவில்லை. சரி எக்கேடோ கெட்டு ஒழி என்று சும்மா இருந்து விட்டது.

ஒரு மாலை வீட்டுக்குக் கிளம்புமுன் போன் செய்தான்.

''ஐந்தரைக்கு வருகிறேன்'' என்றான்.

ஆட்டோ பிடித்து பிள்ளையைக் கூட்டிக் கொண்டு வந்தாள். பெருக்கினாள். திரைச் சீலை மாற்றினாள்... முகம் கழுவி பையனுக்குப் பவுடர் பூசினாள்.

ஐந்து முப்பத்தைந்துக்கு உள்ளே விந்தி விந்தி நடந்து வந்தான்.

பட்டுப்புடைவை டப்பாவும், மெஷின் கன் பொம்மையும் மேஜையில் வைத்தான்.

ஆயிரத்து ஐந்நூறு புடைவை
நூற்றி ஐம்பது பொம்மை.

''என்ன இது...?'' ஆங்கிலத்தில் கேட்டாள்.

''அன்பு... நன்றி'' அதே மொழியில் பதில் சொன்னான்.

''எனக்கு வேண்டாம்.''

''வேறென்ன?''

''கிளம்புகிறேன்.''

''ஏன்?''

''பிடிக்கவில்லையே.''

''பரிசு தந்ததுதானே பிடிக்கவில்லை என்றேன்.''

''பரிசு தந்தது பிடிக்கவில்லையென்றால் தந்த ஆளையும் பிடிக்கவில்லை யென்றுதானே அர்த்தம்?''

''அப்படியில்லை.''

''வேறெப்படி?''

''இது சரியாய் வராது.''

''எது?''

''எதுவும்.''

''ஏன்?''

''உலகம், சமூகம் இதை விரும்பாது.''

''கொலையா... கொள்ளையா... அடிதடியா... சட்டவிரோதமா?''

குடல் புண்ணினால் வயிற்றில் எரிச்சலுடன் வலி இருந்தால், அதற்கு, அகத்திக் கீரை (அல்லது) மணத்தக்காளிக் கீரை இதில் ஒரு கப் அளவு சுத்தம் செய்து, அதை அரிசி களைந்து எடுத்தால் பால் போல வரும் நீரை வடிகட்டி, அந்த நீரில் கீரையை ப்ரஷர் பேனில் 5 நிமிடம் வேகவைத்து, 2 ஸ்பூன் தேங்காய்த் துருவல், ½ ஸ்பூன் கசகசா, 10 மிளகு, ½ஸ்பூன் பொட்டுக் கடலை மாவு உப்பு கொஞ்சம் இவற்றை அரைத்து, அரிசி களைந்த நீரில் வெந்த கீரையில் (நீரை இறுக்காமல்) போட்டு இரண்டு கொதி வந்தவுடன் இறக்கி, சாதத்தில் நெய்யுடன் கலந்து வாரம் இரண்டு முறை சாப்பிட 'அல்சர்' சுத்தமாகக் குணமாகும்.



- யசோதா கிருஷ்ணமூர்த்தி.


அழகுதான் பெருக்கெடுத்து ஆறானதோ !!
சாரதா'ஸ் பட்டு சேலைதான்
அழகிற்கு இலக்கணமாகி அமர்ந்ததோ !!!
சாரதாஸ்
தன் பில்டிங்
மவுண்ட் ரோடு
சென்னை-600 002.
போன் : 831177
N.S.B. ரோடு
திருச்சி-620 002.
போன் : 27077

''சமூக அந்தஸ்து மறுக்கும்.''
''யார் சமூக அந்தஸ்து மறுக்கும்?''
''பரஸ்பரம்.''
''என் பக்கம் பிரச்சினையில்லை.''
''உங்கள் வீடு மரபுடையது.''
''நான் பேசப் போகிறேன். பேசும் முன் உன் விருப்பம் முக்கியம்.''
''விருப்பமானதை நிறைவேற்றிக் கொள்ளும் நிலையிலா நான் இருக்கிறேன்.''
''விருப்பம் உண்டா இல்லை...''
''இரண்டுமே.''
''அப்படின்னா?''
''விருப்பம் உண்டு. இல்லை...''
''எப்படி?''
''என் பிள்ளை இதை அனுமதிப்பானா தெரியவில்லை. எனக்கு அது முக்கியம்.''
''கேள்...''
''அவன் அனுமதித்த பிறகு உங்கள் வீடு மறுத்தால்...''
''சரி நான் முதலில் கேட்கிறேன். உன் பதில் என்ன?''
''எனக்குத் தெரியவில்லை.''
''ஏன்?''
''குழப்பமாக இருக்கிறது.''
''எதனால்?''
''இது சரியாக வரும் என்ற நம்பிக்கை இல்லை.''
''என்ன காரணம்?''
''தெரியவில்லை.''
''புருஷன் நினைவா?''
''அப்படியில்லை.''
''என் மீது பயமா?''
''இல்லை.''
''பிறகு...?''
''இன்று மலர்ச்சியாய் இருப்பது பின்பு வெறுப்பாய் போகலாம்.''
''போகாது.''
''என்ன உத்ரவாதம். மனிதர்கள் மாறுதல் உள்ளவர்கள்.''
''நானாகத் துவங்கிய பேச்சு இது.''
''அதனால் என்ன?''
''நெடுநாள் யோசனையின் முடிவு இது.''
''ஸோ வாட்...?''
''ஐ லவ் யூ... சத்தியமாய்.. உன் பிள்ளை மீது ஆசையாய்...''
''வேண்டாம்.''
''நான் காதல் என்கிற போது திருமணம் பத்திப் பேசுகிறேன்.''
''புரிகிறது. வேண்டாம்.''
''நன்றி. நாளை ஆபீஸில் சந்திப்போம்.''
''கோபமா?''
''இல்லை. கோபிக்க என்னால் முடியாது.''

தேங்காய் பருப்பு பாயசம்



ஒரு தேங்காயைத் துருவி மிக்ஸியில் பால் எடுக்கவும். மூன்று நான்கு முறை பிழிந்தெடுக்கலாம். வாணலியில் ஒரு கைப்பிடி பயத்தம்பருப்பு, கடலைப் பருப்பைப் போட்டுச் சூடாய் வறுத்துக் குக்கரில் குழைய வேகவிட்டு அதை மசித்துத் தேங்காய்ப் பாலில் கலக்கவும். தேவையான வெல்லம் சேர்த்து ஏலப்பொடி போட்டுக் கொதிக்கவிட்டு இறக்கவும். புது மாதிரியான ருசியுடன் அருமையான பாயசம்!

- மைதிலி

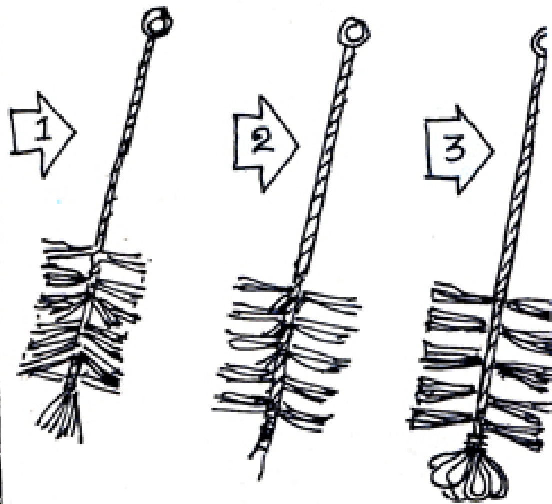
''வருத்தமா?''
''ஆமாம். வருகிறேன். குழந்தை எங்கே?'' குழந்தை மிஷின் கன்னால் சுட்டுத் தள்ளிக் கொண்டிருந்தது. பட்டுப் புடவை மேஜை மீதே இருந்தது.
குழந்தையை முத்தமிட்டு ஆட்டோவில் ஏறினான்.
''ஒன்றுமே சாப்பிடவில்லையே.''
''தரவில்லை.''
''ப்ளீஸ் வெயிட். ஒரு நொடியில் காப்பி.''
''காப்பியில் மனசு நிறையுமா?''
''சரி உங்கள் இஷ்டம்'' அவள் பின்னுக்கு நகர ஆட்டோ முன்னுக்கு நகர்ந்தது.
இரவு என்பது கொலை பாதக நேரம், அணு அணுவாய் சித்திரவதை செய்யும் நேரம்.
இரவு என்பது இருட்டு இருட்டு என்பது தனிமை. தனிமை என்பது துயரம்.
அனுபவித்தவருக்குத் தெரியும். அந்த ஆலகால விஷம். ஆலகால விஷத்துக்கு அமிர்தமே மருந்து. எது அமிர்தம்?

(தொடரும்)

ரெஜினா பக்கம்

★ பெண்கள் பொதுவாக ஒரு நாள் முழுவதும் வேலை செய்கிறார்கள். அதில் சமையலின் போது புளியைப் பிசைந்து கரைக்கிறார்கள். பாத்திரம் கழுவும் போது டிடர்ஜெண்ட் பவுடரில் கையை விடுகி றார்கள். துணி துவைக்கும் போது சோப்பு. இந்த மூன்றிலுமே அமிலங்கள் கலந் துள்ளன. இதனால் நாளோட்டத்தில் நமது நகங்கள் காய்ந்து இறல் விழலாம். நகம் உடையும் தன்மை அடையும். விரல் நுனிகள் பார்க்க அசிங்கமாகலாம். இதைத் தவிர்க்க வேலைகளை எல்லாம் முடித்து விட்டோம் என்று நீங்கள் நினைக்கும் போது கொஞ்சம் தேங்காய் எண்ணெயை நகங்களில் சிறிது தேய்த்து விட்டுச் சிறிது நேரம் பொறுமை யாக இருந்து விட்டுப் பிறகு தண்ணீரில் கழுவிக் கைக்குட்டையால் அழுத்தித் துடைக்க வேண்டும். தண்ணீரிலே நின்று அதிக வேலை செய்பவர்களுக்கும் இதே தான். இப்படிச் செய்தால் கால் நகங் களுக்கும் நல்லது.

★ பாட்டில்களைக் கழுவ நாம் வைத் திருக்கும் பிரஷ்ஷை நாம் செம்மையாக உபயோகிப்பதால் நம்மிடம் உபயோகத் தில் இருக்கும் பாட்டில்களும் பிளாஸ்க்கு களும் உட்புறம் அழுக்குப் பிடிக்காமல் சுத்தமாக இருக்கும். ஆனால் இந்த மாதிரி பிரஷ்களில் நுணுக்கமான இடங்களைக் கழுவ இருக்கும் நுனியில் இருக்கும் நைலான் குஞ்சங்கள் உதிர்ந்துவிடும். இதற் காக அந்தப் பிரஷ்ஷைத் தூக்கி எறிந்து விடா தீர்கள். இந்த நுனியின் நைலான் குஞ்சத் திற்குப் பதிலாக ஒரு மெல்லிய பழைய துணியில் இருந்து ரிப்பன் போல வளையம் வளையமாக வைத்துக் கட்டி விடுங்கள். இது அதே வேலையை எந்தக் குறையும் இல்லாமல் செய்யும்.



★ கொசுத் தொல்லையைத் தவிர்க்க நாம் ஒரு அறையில் ஃப்ளிட் பம்பில் மருந்து அடைத்து மூலை முடுக்கு எல்லாம் பம்ப் செய்து விட்டு அறையைப் பூட்டி வைப்பது வழக்கம். இந்த வேலையை இனிமேல் நீங்கள் செய்யும் போது கண்ணுக்கு ஒரு மூக்குக் கண்ணாடி போட்டுக் கொண்டு, மூக்கு, வாய் இரண்டையும் மறைத்து ஒரு துணி கட்டிக் கொள்ளுங்கள். தலை முடியை முழுவதும் பொதிந்து ஒரு டவலைச் சுற்றிக் கொள்ளுங்கள். இதனால் அந்த நச்சு மருந்து சுவாசத்தின் மூலம் நம் நுரையீரலுக்குள் செல்வதைத் தடுக்கலாம் - இதனால் கண்ணில் கோளாறு வரக்கூடும் என்றால் அதைத் தடுக்கலாம் - சில பேருக்கு நேரிடையாகப் பூச்சி மருந்து தலை முடியில் பட்டால் முடி உதிரலாம். அதையும் தடுக்க லாம். (படத்தைப் பாருங்கள்). பார்க்க முகமூடிக் கொள்ளைக்காரி போல் தெரிய லாம். அதைப் பற்றி யார் என்ன நினைத்தால் என்ன? நம் வீட்டிற்குள்தானே?



★ மாவு அரைக்கும் கிரைண்டர், குக்கர் கைப்பிடிகள், தையல் மிஷின்கள் போன்ற வற்றில் இருக்கும் ஸ்குரூக்கள் நட்டுகள் போன்றவற்றில் சிறிது தேங்காய் எண்ணெய் போட்டு வைக்கவும். வாரம் ஒரு தடவை இப்படிச் செய்யுங்கள். இதனால் எப்போ தாவது மெக்கானிக் அல்லது நாமே கழற்ற வேண்டுமானால் மிகச் சுலபமாகக் கழற்ற வரும்.

உங்கம்மாவுக்குப் பெண்கள் என்றால்...

''என்னானாலும் உங்கம்மாவிற்குப் பெண்கள் என்றால் தனிப்பாசம்தான்'' ராஜி வாசுவிடம் முனகினாள்.

''உன் மன்னியும் உன் அம்மாவிடம் இதையேதான் சொல்லிக் கொண்டிருக்கிறாளாம்.''

''ஆகா, யார் சொன்னது? நாங்கள் ஒன்றும்....''

''ஸ்... போதும், ராஜி. அம்மா பற்றி சர்ச்சை பண்ண இதுவா சமயம்?''

''அது சரி... இருந்தாலும் பாருங்கள், கூடாது, ஆகாது என்று சொன்னால் கூட மீரா, வேதா எல்லோரும் அம்மாவைக் கட்டிக் கொண்டு புரள்கிறார்கள். போகட்டும். அம்மாவாவது சொல்லக் கூடாதா? இன்று இரவு அவர்கள் அம்மா இருக்கும் அறையில் படுக்கக் கூடாது''. ராஜி கலவரத்துடன் பேசினாள்.

''ராஜி, என்னை என்ன செய்யச் சொல்கிறாய்? அம்மா துக்கப் பட்டவள், பறி கொடுத்தவள்! அவளைக் குழந்தைகளிடமிருந்து நாம் பிரிப்பது நன்றாக இராது. தவிர, உடனே உன் நாத்தனார்கள் ''எங்களுக்கும் எங்கள் அப்பா போன துக்கம். 'உனக்கென்ன மாட்டுப் பெண்தான். உன்னை ஏன் இந்தத் துக்கம் பாதிக்கப் போகிறது' என்று பாய்வார்கள். பேசாதிரு. எல்லாம் பெரியவர்கள் பார்த்துக் கொள்வார்கள்.''

வாசு சற்றுக் காலை நீட்டிப் படுத்தான். பத்து நாட்களாக, ஏன் அதற்கும் முன் தந்தையை ஆஸ்பத்திரியில் சேர்த்ததிலிருந்து அவனுக்கு ஒரே அலைச்சல், தூக்கமில்லை; வீட்டில் தம்பி, தங்கைகள் குடும்பம் வருகை, செலவு எத்தனையோ! உடம்பு அப்பாடா என்று வந்தது. இன்னும் மூன்று நாட்கள் காரியம் முடிந்து அவரவர் புறப்பட்டுப் போனால் போதும் என்றிருந்தது. அதன் பின்? ஐயோ, இப்போதாவது அம்மா பெண்களுடன் பேசுவதில், காரியங்கள் விதரணை சொல்வதில் (ஆமாம் பாவம், அவள்தான் அப்பாவைக் கரை ஏற்ற சம்பிரதாயச் சடங்குகளையும் சொல்ல வேண்டியிருக்கிறது. இளைய தலைமுறையினருக்கு என்ன தெரிகிறது!) துக்கத்துக்கு வந்தவர்களிடம் அப்பாவின் பெருமை

ஸ்ரீப்ரியா





ஊட்டம் தரும் பவர்



இது முற்றிலும் புதிய உலகம். உங்கள் குழந்தைகளிடம் பற்பலவற்றை எதிர்பார்க்கும் உலகம். இன்றைய குழந்தைகள் ஆழ்ந்து சிந்திக்க வேண்டும். முனைந்து செயல்பட வேண்டும். நன்றாக ஓடியாடி விளையாட வேண்டும். கடுமையாக உழைக்க வேண்டும். அதனால்தான் உங்கள் குழந்தைக்குத் தேவை புதிய ஊட்டமளிக்கும் சக்தி.



உங்கள் குழந்தைகளைப்போல் சிறப்பாக செயலாற்றும் வகையில் விசேஷமாகத் தயாரிக்கப்பட்ட ஆரோக்கிய பானம் - புதிய விவா.

க்ரீம் பாலில் இருந்து பவர்

பாலில் இருந்து உங்களுக்கு கிடைக்கும் எல்லா நலன்களும் விவாவிலிருந்து உங்களுக்கு கிடைக்கிறது. பால் செறிந்த விவா உங்கள் குழந்தையின் பற்கள் மற்றும் எலும்புகளின் நன்மைக்கும், முழுமையான ஊட்டத்திற்கும் தேவையான கால்ஷியம் மற்றும் பால் புரோட்டீன் அளிக்கிறது.

8 முக்கிய விட்டமின்களில் இருந்து பவர்

விட்டமின்கள் A, B_1, B_2, B_{12}, C, D, ஃபாலிக் அமிலம், நியாஸின் ஆகியவை நிறைந்து, வலிமை பெற்றது புதிய விவா. எனவே நோய் மற்றும் களைப்பை எதிர்த்துப் போராடும் சக்தியும்.

ஒரு புதிய தலைமுறையை

விவா பவர்





முழுமையான ஆரோக்கியமும் உங்கள் குழந்தைக்கு அளிக்கிறது புதிய விவா.

மால்ட் மற்றும் புரோட்டீனிலிருந்து பவர்

ஆரோக்கியம் அளிக்கும் பார்லி மால்ட், கோதுமை மால்ட் மற்றும் புரோட்டீன் நிறைந்தது விவா. இதனால் உங்கள் குழந்தைக்கு கிடைப்பது கூடுதல் தெம்பு, அதிக ஊட்டம்.



ஒரு சுவையான பானத்திலே உங்கள் குழந்தையின் நாளைய நல்வாழ்வுக்கு சக்தி அளியுங்கள். இன்றே விவா கொடுக்க தொடங்குங்கள்.

உருவாக்குகிறது

களைப் பேசுவதில் காலத்தை ஓட்டி விடுகிறாள் எல்லோரும் போனபின், அவளது வெறித்த முகத்தையும், சோகம் தேங்கிய விழிகளையும் எப்படி எதிர் நோக்குவது? அது மட்டும் அல்ல! இத்தனை நாள் அம்மா முன்பின்னாக இருந்தால் கூட அப்பா எப்படியோ சிரித்துப் பேசி அம்மாவின் கோபத்தையும் ராஜியின் கண்ணீரையும் சாமர்த்தியமாகத் துடைத்து விடுவார். இனி எப்படி?

ராஜியின் கூற்றிலும் உண்மை இல்லாமல் இல்லை. பெண்கள் எப்போது வந்தாலும் ஆவக்காய் ஊறுகாய் முதல் அவர்களுக்குப் புடைவை, பேரன் பேத்திகளுக்குப் புது உடைகள் என்று அம்மா வாங்கித்தள்ளுவாள். பெண்கள் புறப்படும் பொழுது 'டின் டின்'னாக அப்பளாம், வடாம், பட்சணம் என்று மூட்டை கட்டுவாள். ராஜிக்கோ தன் சம்சார வருமானத்திற்கு இது அதிகப்படி செலவு என்று தோன்றும். ஏதோ பெண்ணுக்கு ஒரு ரவிக்கைத் துணி, குழந்தைகளுக்குத் தலைக்குப் பத்து ரூபாய் கொடுத்தால் போதாதா என்பாள். இது அம்மா காதில் விழுந்ததோ போச்சு!

''நான் என்ன உன் பணத்திலா செலவழிக்கிறேன். அப்பாவிற்கு ஆயிரத்தைநூறுக்கு மேல் பென்ஷன் வருகிறது'' என்பாள் அம்மா. இந்த வீட்டில் அவர்கள் இருவருக்கும் ஆகும் செலவுகளுக்கு அப்பாவிடம் கணக்கு எழுதிக் காட்டியா கேட்க முடியும்? ஏதோ அவர் பென்ஷன் அவர்கள் மருந்துச் செலவுக்குப் போக, அவர்கள் கைச் செலவிற்கு மிஞ்சினால் சரி! அப்பாவும் இல்லை என்னாமல் ராஜி, குழந்தைகளுக்கும் அவ்வப்போது ஏதாவது வாங்கத்தான் செய்வார். ஆனால் ராஜியின் புடைவையைப் பார்த்தும் அம்மா உடனே இது போல மீனாவிற்கும் ஒன்று வாங்கியிருக்கக் கூடாதோ என்பாள். ராஜியின் மகிழ்ச்சி உடனே மண்மட்டமாகிவிடும். அதனால், இனிமேல் அம்மாவின் வெறுமை துக்கத்துடன், வாய்(ன்) வீச்சையும் ராஜி எப்படிச் சமாளிக்கப் போகிறாள். அம்மாவைத் தேற்ற என்று அடிக்கடி பெண்கள் வந்தால் ராஜி என்ன செய்வாள்? ராஜிக்கு ஆறுதல் கூற, அபயம் கொடுக்க மாமனார் இல்லாமல் போனது அவளுக்கல்லவா பேரிழப்பு?

பதினோராம் நாள் என்ற அவல இனம் முடிந்தது. பனிரெண்டு.... பின் பதிமூன்று சுபஸ்வீகாரம். ராஜி பிரமிப்புடன் உட்கார்ந்திருந்தாள். இரண்டு நாத்தனார்கள், அரை டஜன் குழந்தைகள், மாப்பிள்ளைகள், தம்பி, தம்பி மனைவி, அவர்கள் மகள், வாக ராஜி. அவர்கள் மகன் இத்தனை பேருக்கும் புதுத் துணி எடுக்க வேண்டுமாம்! இதுவரை வைதீகச் செலவே ஆறு ரூபாய்க்கு மேல் ஆகிவிட்டது.

தம்பி ராமு கெட்டிக்காரன். ''அண்ணா, என் பங்காக ரூபாய் மூவாயிரம் தந்து விடுகிறேன். நீ என்ன செய்வாயோ, எப்படிச் சமாளிப்பாயோ'' என்று கையை உதறி விட்டான். அவன்தான் எல்லோருக்கும் நல்லவன். ''பாவம், டில்லியில் இருக்கிறான். அபாரச் செலவு'' என்று அவனுக்குப் பரிந்து பேசுவார்கள். எப்போதாவது தென்னிந்தியா பக்கம் வரும்போது (அதுவும் எல்.டி.சி.யில்தான்) நூறு ரூபாய்க்குள் ஆளுக்கொரு 'ஆர்ட்பீஸ்' என்று எதையாவது வாங்கி வந்து கொடுத்து நல்ல பெயர் தட்டிக் கொண்டு விடுவான். மற்றபடி வருடாந்திரமாக தீபாவளி, சங்கராந்தி எதற்கும் கண்டு கொள்ளமாட்டான்!!

சரி - இப்போது ஜவுளிச் செலவுக்கு என்ன செய்வது? அதுதான் ராஜியின் தலையாயப் பிரச்னை! யோசனையில் ஆழ்ந்

* போளி செய்வதற்கு எல்லோருமே பெரும்பாலும் கடலைப் பருப்பைத்தான் உபயோகிப்போம். ஆனால் என் தோழி வீட்டில் துவரம் பருப்பை உபயோகித்து போளி தயாரிப்பார்கள். கடலைப் பருப்பில் செய்ததை விட ருசியும் மணமும் நன்றாக இருப்பதோடு வாய்வுத் தொல்லையும் குறைவு என்று காரணம் சொல்கிறாள். நீங்களும் செய்துதான் பாருங்களேன்!

- உமா புஷ்பராஜ்.



திருந்த ராஜிக்கு, அருகே பால்கனியில் மீனாவும் வேதாவும் ஏதோ அடிக்குரலில் கிசுகிசுப்பது காதில் விழுந்தது.

''அம்மா புடைவைக் கடைக்குச் சொல்லியனுப்பியதைக் கேட்டாயா, மீனா...'' வேதா மெல்ல ஓதினாள்.

''ம் - அவள் என்னடி செய்வாள்? அண்ணா வழக்கம் போல 'வத்தல் குழம்பு' பாட்டுப் பாடியிருப்பாள்.'' மீனா முணு முணுத்தாள்.

''நூறு ரூபாய்க்குள் 'காட்டன்' புடைவையாம்! யாருக்கு வேண்டும்? ஊருக்குப் போகும் போது அதை அப்படியே வேலைக்காரியிடம் எறிந்து விட்டுப் போய் விடுவேன்....'' இது வேதா.

''என் மாமியார் சிரிப்பார்! அப்பா காரியத்திற்குப் பத்தாம் நாளுக்குப் பெண்களுக்கு ஒரு வெள்ளிக் கிண்ணம் இல்லை! கிரேக்கியத்திற்கு இருநூறு ரூபாயில் ஒரு 'ஸில்க்' புடைவை கூட இல்லை என்றால் ஏசிக்காட்டுவாள் என் மாமியார். எங்கள் மாமனார் போன போது நாங்கள் எப்படிச் செய்தோம் தெரியுமா?'' மீனா பீற்றிக் கொள்ளலானாள்.

ராஜிக்குத் தூக்கி வாரிப்போட்டது. அப்படி 'ஓகோ' என்று இருக்கக் கூடிய பெரிய இடமாக இவளுக்கு வாய்த்தது எப்படி? அதற்கு ஈடுகட்ட அண்ணன் 'தன்மானம்' உட்பட எல்லாவற்றையும் அடகு வைத்ததை மறந்து விட்டாளா இந்த மீனா? அப்படியானால், சுபஸ்வீகாரம் முடிந்ததும் ஒரு 'போர்க்களம்' இருக்கிறதா இந்த வீட்டில்? பத்தாம் நாளுக்குத் தலைக்கு ஐம்பது ரூபாய்க்கு 'ஸ்டீல்' கிண்ணம் கொடுத்தது போதாதா? இவர்கள் பெற்றவர் போனதற்குத் துக்கம் கொண்டாட வந்தார்களா, சீர் வசூலிக்க வந்தார்களா?

புடைவைக் கடையிலிருந்து துணிகளோடு ஆள் வந்தான். ராஜி சமையலறையை விட்டு வெளியில் வரவேயில்லை. மாமியார்தான் புதுத் துணிகளை 'செலக்ட்' செய்து கணக்கிட்டு உள்ளே எடுத்து வைத்துப் பூட்டினார். பெண்கள் அந்தப் பக்கம் எட்டிப் பார்க்கவில்லை! மறுநாள் சடங்குகள் துக்க மௌனத்துடன் அனுஷ்டிக்கப்படுவதாக வாக நினைத்தான். 'சாப்பா'டு முடிந்ததும் அவர்கள் மறுநாள் புறப்படுவதற்கான ஏற்பாடுகளில் இறங்கினர். கொடுக்கப்பட்ட உடைகள் அப்படியே பிரிக்கப்படாமல் இருந்தன.

''ஏதோ இந்த முறை இப்படி வந்தாகிவிட்டது தங்கக் கூடாது என்று புறப்பட்டாகிவிட்டது. அப்புறம் கோடை விடுமுறைக்கு சாவகாசமாக வாருங்கள். அப்பா இல்லாவிட்டாலும் நான் ஒரு ஆத்மா இன்னும் இருக்கிறேன்...'' பார்வதியின் குரல் தழதழத்தது.

''நீ இருந்தால் என்ன, அம்மா? இனி அண்ணன் கைப் பொம்மை நீ. எங்களால் இங்கு வந்து ஸ்வாதீனமாக இனி இருக்க முடியுமா என்று எங்களுக்குத் தயக்கமாக இருக்கிறது.''

''அப்படி என்றால்! நீ என்ன சொல்கிறாய், மீனா?

''அப்பா இருந்தார் பென்ஷன் வந்தது. நீயும் சுதந்தரமாக எங்களுக்கு எல்லாம் செய்தாய்! இனி உனக்கு எந்த உரிமையும் கிடையாது என்பதைத்தான் ஸ்டீல் கிண்ணமும், நூல் புடைவையும் சொல்றதே...''

''வேதா, இது என்ன பேச்சு? பட்டுப் புடைவையும் வெள்ளிக் கிண்ணமும் வாங்கினால்தான் பாசம் என்று அர்த்தமா? ஏழுமலையானுக்கு ஆயிரக் கணக்கில் உண்டியலில் போட்டால்தான் பக்தி, அப்படி இல்லாமல் நம்மைப் போல் தர்ம தரிசனத்துக்கு நின்றால் பக்தி இல்லை என்று அர்த்தமா?''

''அம்மா....'' மீனா ஆச்சர்யப்பட்டுப் போனாள். ''அம்மா, நீ ஒரு அரசியல்வாதியாயிருக்க வேண்டியவள். பத்து நாட்களில் எப்படிப் 'பல்டி' அடித்துப் பேசுகிறாய்?''

''அட பெண்களா? ஒரு விஷயம்

* தரமான எவர்சில்வர் பாத்திரங்களைக் கடைகளில் எந்த முறையில் வாங்க வேண்டும்? பாத்திரம் வாங்குவதற்கு முன்னால், பாத்திரத்தின் அடிப் பாகத்திலோ (அ) வாய் விளிம்பின் பாகத்திலோ ஒரு சிறிய காந்தத் துண்டைக் கொண்டு செல்லுங்கள். காந்தத் துண்டு பாத்திரத்தோடு ஐக்கியப்பட்டால் அது மட்டமானது என்பதைத் தாராளமாக தீர்மானித்து விடலாம்.

- திருமதி. தேவனாதன்.



யோசித்து பாருங்கள். இத்தனை நாட்கள் இந்த ஒரு குடும்பத்தின் தலையாக 'அவர்' இருந்தார் என்ற ஹோதா இருந்தது. கடனோ, உடனோ அவர் பொறுப்பு. இனி இது தலையிழந்த குடும்பம். வாசுவும் உங்களைப் போல ஒரு குழந்தை. இது உங்கள் எல்லோருக்கும் பொது உரிமை உள்ள குடும்பம்.''

ராஜி கூட மாமியார் கூற்றுப் புரியாமல் எட்டிப் பார்த்தாள்.

''இன்னொன்று கூடச் சொல்வேன். வேதா, மீனா கேட்டுக் கொள்ளுங்கள். அப்பா உங்களுக்குப் பொது உறவு. அவர் சொத்து உங்களுக்குப் பொது உரிமை. அதே போல, செலவிலும் நீங்கள் எல்லோரும் பங்கு போட்டுக் கொண்டால் நன்றாக இருக்கும். பாவம், வாசு! ராமு கொடுத்ததற்குமேல் மூனு பங்கு செலவழித்திருக்கிறான். ராஜி நல்ல பெண்ணாக இருப்பதால் வாயை மூடிக் கொண்டு இருக்கிறாள், அவனுக்கு அனுசரணையாக....''

''அம்மா... என்ன சொல்கிறாய்!'' பெண்கள் திடுக்கிட்டனர்.

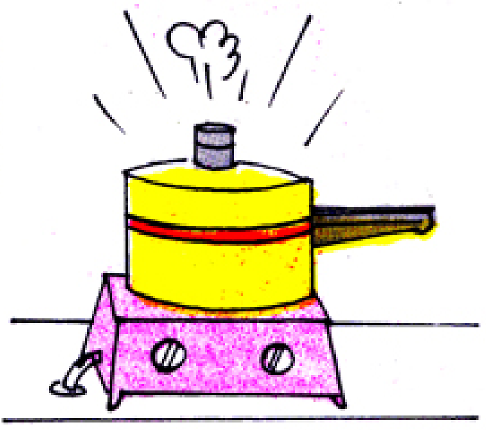
''எல்லோரும் அம்மாவிற்குப் பெண்கள்தான் 'உசத்தி' என்று நினைக்கிறார்கள். ஏதோ தன் வீட்டில் உழைத்து வருகிற குழந்தைகள் என்பதாலும், பிறந்தகத்திலிருந்து கொண்டு போகும் பொருள்களைக் கொண்டு பிறந்தகப் பெருமையை அவர்கள் புக்காத்தில் காட்டிக் கொள்ளலாம். தன் ஸ்தானத்தை உயர்த்திக் கொள்ளலாம் என்றும் அம்மா உங்களுக்கு வரிசைகள் செய்தேன். இருக்கிறதோ இல்லையோ இட்டு நிரப்பினேன். இங்கு உட்காரவைத்து உபசரித்தேன். ஆனால் இந்த மாதிரி பிறந்த வீட்டில் 'பெரும் செலவு' என்று வரும்போது நீங்களும் வாசுவிற்குத் தோள் கொடுப்பது உங்கள் புக்காப் பெருமையை, அங்கு உங்களுக்கு உள்ள சுதந்திரத்தை, உங்கள் பரந்த மனத்தை இங்கு எடுத்துக் காட்டுவதாக அமையும். ஆனால் அதையும் நான் வற்புறுத்தவில்லை. உங்கள் இஷ்டம் பிறந்தகம் என்பது பெற்றுக் கொள்ள மட்டும் அல்ல. அதிலும் பொருளை எடை போட்டு!! புரிந்து கொண்டிருப்பீர்கள் என்று எண்ணுகிறேன். இன்னும் என்னுடைய 'காரியம்' வேறு ஒன்று பெரிய பொறுப்பு இருக்கிறது வாசுவிற்கு... என் விருப்பம் என்பது பெண்களுக்குச் செய்வதில் மட்டும் இல்லை. நாங்கள் பெரிய தலைகள் சாய்ந்தாலும் நீங்கள் சிதறிவிடக்கூடாது என்பதுதான் முக்கியம். எனக்குத் தோன்றியதைச் சொல்லி விட்டேன். நீங்களும் படித்தவர்கள், சம்சாரத்தில் வாழ்க்கைப் பட்டவர்கள்!!'' பார்வதி படபடவென்று பேசிய ஆவேசத்தில் கண்களை மூடிக் கொண்டு சுவரில் சாய்ந்து கொண்டாள்.

ராஜிக்கு, 'அம்மா, என்னை மன்னித்து விடுங்கள்' என்று ஓடிக்காலில் விழ வேண்டும் போலிருந்தது.

பெண்கள் ஒதுக்கி வைத்திருந்த புடைவைகளை எடுத்து மௌனமாக உடுத்திக் கொண்டு தாயை நமஸ்கரித்தனர். பார்வதியின் முகத்தில் பதினைந்து நாட்களுக்குப் பின் முறுவல் மலர்ந்தது. தன் தலை சாய்ந்த பின் குடும்பம் சிதறிவிடாது என்ற நம்பிக்கை ஒளி அதில் வீசியது.

• 32 வயதான திருமதி. கீதா தேவி ஆலப்புழையில் செயிண்ட் ஜோசப் பெண்கள் கல்லூரியில் லெக்சரராகப் பணிபுரிந்து வந்தார். இவர் சமையலறையில் சமையல் தயாரித்துக் கொண்டிருந்த பொழுது, குக்கர் வெடித்து, மூடி முகத்தில் அறைந்து பரிதாபமான நிலையில் மரணத்தைத் தழுவினார். குக்கரில் உள்ள 'சேப்டி வால்வு' சரியாக வேலை செய்யாததால், இந்தக் கோர முடிவு ஏற்பட்டது. குக்கரின் பழுதடைந்த பாகங்களை உடனுக்குடன் மாற்றினால் இம்மாதிரி அசம்பாவிதங்களைத் தடுக்கலாம்.

- திருமதி. தேவனாதன்.



வீட்டு வசதி வாரியத்தின் மத்திய வருமான குடியிருப்பில் ஆறுக்கு நாலு அடி அளவு அடுப்படியில் காலந்தள்ளி வந்த அலமேலுவிற்கு இதுநாள்வரை அதன் குறைகள் படவில்லை.

''இதுதானா சமையலறை?'' என்று இங்கிதமில்லாமல் தன் அடுப்படியைப் பற்றி இடித்துக் கூறி விட்டுப் போன ஓர்ப்படியால் வந்த எரிச்சலை கணவன் கனகசபையிடம் காண்பித்தாள்.

''கொஞ்சம் இடிச்சு அகலமாய் கட்டுங்கோன்னு எவ்வளவு தரம் அடிச்சிண்டேன் கேட்டேளா? இப்ப உங்க தம்பிப் பெண்டாட்டி வந்து என் மானத்தை வாங்கறா... இதோ பாருங்க மேடையா இது.. சுத்த பீடை. பிசுபிசுன்னு காரை காரையா பேத்துண்டு வர்றது.. அன்னிக்கு அடை கரகரன்னு இருக்கிறதா சொல்லிண்டு சாப்டுங்க ஆனா அடை மாவிலே காரை விழுந்தது உங்களுக்குத் தெரியாது.. அலமாரியெல்லாம் கம்பி கம்பியா நீட்டிண்டு இருக்கு.. அந்தத் துருப்பிடிச்ச கம்பி என்னிக்கு சாம்பாரிலே தவறி விழப்போறதோ தெரியலே... சிங்கா இது! மகா 'அசிங்க்' கழுவின தண்ணி போகாம அடைச்சிண்டு சே. புளி ஜாடியைத் திறந்தா எலி ஓடறது. கொத்துமல்லி கூடையிலே பல்லி... அரப்பு டப்பாவிலே கரப்பு.



''ஒரு பாடாவதி வெட்கிரைண்டர்... அதுலே பெல்ட் அடிக்கடி கட் ஆயிடறது.. அழகா ஒரு டைனிங் டேபிள் உண்டா... ஒரு ஃப்ரிட்ஜ் உண்டா... உங்க தம்பியைப் பாருங்கோ... கமலா கேட்கறாளோ என்னவோ டக்டக்னு எல்லாத்தையும் வாங்கி போட்டுடறார். அவளும் பெருமையா பீத்திக்கிறா... உம் நான் கொடுத்து வச்சது அவ்வளவுதான் புறாக்கூண்டாட்டம் இத்தணூண்டு இடத்திலே வடிச்சு கொட்ட வேண்டியிருக்கு'' இப்படி கனகசபையைக் கொட்ட ஆரம்பித்தவள் நிறுத்துபவளாய்த் தெரியவில்லை.

கனகசபை சட்டசபையில் மாட்டிக் கொண்ட எதிர்க்கட்சியின் ஒரே எம்.எல்.ஏ. வாய் முழித்தான். ஏதோ தன் மத்தியதர வருவாயில் சாத்தியமான நாலாறு சதுர அடி வீட்டில் ஜீவனம் செய்து வந்தவன் இப்போது 'நிவன அறை' பிரச்னையால் பிடுங்கி எடுக்கப்பட்டான். தன் வருவாயில் வாய்க்கு ருசியாக இருவாய் சாப்பிடுவதே இழுபறி. இதில் இதைக் கொண்டா அதைக் கொண்டா என்றால் என்ன செய்வான் பாவம்.

அலமேலுவையும் சொல்லக் கூடாது. சமையலில் கெட்டிக்காரி. கொட்டுரசம் வைத்தால் கூட நாக்கை சொட்டிக் கொண்டு சாப்பிடத் தோன்றும். வகை வகையாக சமைப்பதில் தேர்ந்தவள். திங்கள் இது, செவ்வாய் இது என மெனு போட்டுச் சமைப்பாள். நினுசு நினுசா, புதுசு புதுசா சமைத்துப் போடுவாள். கனகசபை ருசி கண்ட பூனையாய் நாக்கையும் மூக்கையும் வளர்த்து விட்டிருந்தான்.

இப்போது அலமேலு உண்டியில் சண்டித்தனம் செய்ய ஆரம்பித்திருந்தாள்.

''ஏண்டி... சாம்பாரிலே இத்தனை உப்பை கொட்டியிருக்கே'' என்பான் கனகசபை.

''ஊம்... அது உப்பில்லை... இத்தணூண்டு சமையல் ரூமிலே புழுங்கிண்டு சமைக்கிறதிலே வியர்வையாய் கொட்டறது தவறி சாம்பாரிலே விழுந்திருக்கும்'' என்பாள். கனகசபையைக் கதறடிப்பாள்.

அவனுக்குப் பிடிக்காத உப்புமாவை மொத்தமாக ஒரு வாரத்துக்குப் பண்ணி வைத்தாற்போல் தினமும் அவன் முன் வைப்பாள்.

''இழவு இந்த உப்புமாவை தூர எறி... ஏன் இட்லி தோசையெல்லாம் மறந்து தொலைச்சிட்டயா'' என்பான் எரிச்சலாக.

''ஆமாம்... இந்த எழவு புடிச்ச ஓட்டைக் கிரைண்டரை தூக்கி எறிஞ்சிட்டு அழகா ஒரு டில்டிங் கிரைண்டர் வாங்கித் தாங்க. தோசை இட்லி பத்தி யோசனை பண்றேன்'' இடக்காக பதிலளிப்பாள்.

''தயிரு ஏண்டி புளிக்கத் தொலைக்கிறது'' என்பான்.

''ஃபிரிட்ஜா வாங்கித் தந்திருக்கீங்க. பாலை உறையிட்டு உள்ளே வைச்சி புளிக்

காம எடுத்து ஊத்தறத்துக்கு'' குமட்டிலே குத்தாத குறையாகக் குதறுவாள்.

குப்பையைப் பெருக்காமல் வேண்டுமென்றே தட்டைத் தரையில் வைத்து உட்காரச் சொல்வாள். கனகசபை ஏதும் பேசாமல் அந்தக் குப்பை மேட்டில் உட்கார்ந்து தன் தொப்பையை நிரப்பிக் கொள்வான். ஏதாவது பேசினால் 'டைனிங் டேபிள்' கோரிக்கையை காரிகை எழுப்பி விடுவாளென்ற பயம்தான்.

நாவிற்கு ருசியாக சமைத்துப் போடுபவள் இப்படி நாவில் நரம்பில்லாமல் தன் வருவாய் வரம்பை மீறிய கோரிக்கைகளை வைத்ததில் கனகசபை ஆடிப் போய் விட்டான். அதுவும் சுவையான உண்டியில் ஒரு வண்டி மண் விழுந்ததில் வேறு வழியின்றி ஒரு வழியானான்.

முதல்கட்ட நடவடிக்கையாக சமையலறை தடுப்புச் சுவரை இடித்து அகலமாக்கிக் கட்ட, பொது சேம நல நிதியில் மீதியிருந்த பணத்தைக் கடனாக வாங்கினான். அலமேலுவும் அக்கம் பக்கத்து வீடுகளுக்குச் சென்று அடுப்பங்கரை ஆய்வு நடத்தி வந்து மேடைக்குக் கடப்பைக்கல், சுற்றுப்புறச் சுவர் எங்கும் கலர் டைல் கல் என்று அவன் பட்ஜெட்டில் கல்லைத் தூக்கிப் போட்டு விஸ்தாரமாக்கினாள்.

அடுத்து ஆயுள் காப்பீட்டு கழகத்தின் கடனைச் சாப்பிட்டு டைனிங் டேபிளும், கிரைண்டரும் ஏப்பமிட்டன.

சுலபத் தவணை என்ற பெயரில் கனகசபையைக் 'கஷ்டப்படுத்தி குளிர்ப்பதனப் பெட்டி வரவழைக்கப்பட்டது. வந்ததும் வராததுமாக அதைத் திறந்து பார்த்து அலமேலு ஆத்திரமடைந்தாள்.

''எட்டாயிரம் கொட்டி ஒரு பொருள் வாங்கறோம் பார்த்து வாங்கக் கூடாது'' என்று அலமேலு கேட்ட போது என்னவோ ஏதோ என்று கனகசபை பயந்தே போய் விட்டான்.

''ஏதோ பஃப்பும் உள்ளதுன்னு டி.வி.லே போடறானே கடைக்காரன் ஏமாத்திட்டானா... சூடா எடுத்து சாப்பிடலாம்னு ஆசையாயிருந்தேன். இப்படி ஏமாந்து வாங்கிட்டு வந்திருக்கேளே'' என அலமேலு கத்திய போது ஏகப்பட்ட ஆத்திரம் வந்தது கனகசபைக்கு. அடக்கிக் கொண்டான்.

ஆனால் அலமேலு சமையலறை புதுப்பித்தல் திட்டத்திற்கு செலவை அடுக்கிக் கொண்டே போனாள்.

''ஏன்னா... பழைய குக்கரைப் போட்டுட்டா, புது குக்கருக்கு நூறு ரூபா குறைச்சுக்கிறாளாம்... அது மாதிரி பழைய கேஸ் அடுப்பைப் போட்டுட்டு புதுசு ஒன்று வாங்கிடலாம்... பழசெல்லாம் திருஷ்டி பரிகார மாட்டும்.''

''ஏன்டி ஒண்ணு செய்... நானும் பழசு தான் பேசாம என்னையும் போட்டுட்டு புதுசா வாங்கிக்கயேன் கொஞ்சம் நிம்மதியா இருக்கும்'' கனகசபை எரிச்சலாய்ச் சொன்னான்.

''போங்கன்னா நீங்களே இருங்க பரவாயில்லை'' என அலமேலு அங்கீகரித்து ஆத்திரமூட்டினாள்.

ஆக அலமேலு வீட்டு அடுப்பங்கரை இப்போது புதுப்பொலிவுடன் பளபளத்தது. வழவழவென்ற கடப்பைக்கல் மேடையில் புதுமணப் பெண்ணாய் புது காஸ்



ஸ்டவ் அமர்ந்திருந்தது. அழகான அலமாரியில் ஜோராக பிளாஸ்டிக் ஜார்கள் அணிவகுத்தன. அடக்கமான கிரைண்டர், அட்டகாசமான ஃபிரிட்ஜ், 'சன்மைக்கா' போர்த்திக் கொண்டு கொழுகொழுவென்ற சாப்பாட்டு மேஜை, நாற்காலிகள் என அத்தனை அம்சங்களும் நிறைந்து சமையலறை அட்டகாசமாக சிரித்தது உண்மைதான்.

ஆனால், கனகசபையின் வருமானத்தின் பெரும் பகுதியை இப்போதெல்லாம் கடன் தின்று விடுவதால் அவனுக்கு மாதத்தில் பல நாட்கள் பழைய சோறு சாப்பிட வேண்டிய நிலை...

அகிலா கார்த்திகேயன்

தமிழ் நாட்டில் கல்யாணம் அல்லது விசேஷம் என்றால் 'வடை - பாயசம்' அயிட்டங்கள் ஸ்பெஷல் மட்டுமல்ல அவசியமானாலும் கூட. அதே போல் ஒவ்வொரு சமூகத்தினரும் அவர்களுடைய விசேஷநாட்களில் சில ஸ்பெஷலான ஐயிட்டங்களை பாரம்பரியமாக செய்து வருகிறார்கள்.

குஜராத்தி திருமணம் என்றாலே லாலா கடை ஸ்வீட்டும் மஸாலாவும் தான் நம் நினைவில் மணக்கும். ஒரு மிகச் சாதாரண விருந்தென்றால் கூட நான்கு அல்லது ஐந்து ஸ்வீட், இல்லையென்றால் விருந்தே சோபிக்காது என்கிறார் திருமதி ரக்ஷா நரேஷ் மேத்தா. பாபாலால்' நகைக் கடையின் அதிபரான திரு நரேஷ் மேத்தாவின் இல்லத்தரசியான இவர், 'பாஸந்தி கீர் போன்ற குஜராத்தி ஐயிட்டங்கள் பல இருந்தும் உங்கள் ஊர்ப் பாயசம் போல எங்களுக்கு ஸ்ரீ-கண்ட்' என்கிறார்.


★ ரக்ஷா நரேஷ் மேத்தா

எங்க ஊர்

ஸ்ரீகண்ட்

தேவையான பொருட்கள் :

வடிகட்டிய தயிர் - 2 கப்
சர்க்கரை - 1 கப்
பழவகைகள் - சாத்துக்குடி,
மாம்பழம், திராட்சை முதலியன
ஏலக்காய், பச்சை கற்பூரம்,
பாதாம், பிஸ்தா பருப்பு
- அளவிற்குத் தகுந்தாற் போல

செய்முறை :

தண்ணீர் இல்லாமல் நன்கு வடிகட்டிய தயிருடன் சர்க்கரை சேர்த்து நன்கு கலக்கி (மிக்ஸியில் அடிக்காமல்) ஏலக்காய், பச்சைக் கற்பூரம் சேர்த்து சிறிதாக நறுக்கிய பழவகைகளையும் அதில் சேர்த்து குளிர் பதனப் பெட்டியில் 2 மணி நேரம் வைக்கலாம். பின் அதன் மேல் பாதாம், பிஸ்தா பருப்பு தூவி அலங்கரிக்கவும்.


★ திருமதி கமுபக்கர்

காண்ட்வீ

தேவையான பொருட்கள் :

கடலை மாவு - 1 கப்
புளிப்பில்லாத மோர் - 2 ½ கப்

பச்சைமிளகாய் - 2
கொத்துமல்லி தேங்காய்த் துருவல் - தேவைக்கேற்ப
கடுகு - 1 ஸ்பூன்
சீரகம் - 1 ஸ்பூன்

செய்முறை :

கடலைமாவினை மோரில் இட்டு கட்டியில்லாமல் கலக்கிக் கொண்டு, அடுப்பில் வாணலியை வைத்து 'மோர்கூழ்' கிளறுவதைப் போல ஒட்டாமல் கிளறி எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். சிறிது நெய் வேண்டுமானால் விட்டுக் கொள்ளலாம், பின் அகலமான தட்டிலோ அல்லது சப்பாத்திக் கல்லிலோ இதனை மிக மெல்லியதாகத் தடவி நீள நீளமாக வெட்டிக் கொண்டு பின் அதனை ரிப்பன் போல சுருட்டி எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். இதே போல மற்ற மாவையெல்லாம் செய்து ஒரே அளவில் ரிப்பன் போல சுருட்டி வைத்துக் கொள்ளவும். ஓர் அகலமான தட்டில் இவைகளை நிரப்பி மேலே தாளித்த கடுகு, சீரகம், சன்னமாக நறுக்கிய கொத்துமல்லி, ஏலக்காய்த் துருவலைக் கொண்டு அலங்கரிக்கவும்.



* நந்தினி பவாம்

எங்கள் வீட்டுக் கல்யாணங்களுக்கும் விசேஷங்களுக்கும் எங்கள் நெருங்கிய உறவினர்களை விட இந்து நண்பர்கள் உவகையோடு வருகை தருவது பெரும்பாலும் எங்களது பிரியாணி ஸ்பெஷலை சுவைப்பதற்கே என்கிறார் திருமதி ஹமிதாபானு அபூக்கர். 'சமைத்த பிரியாணியில் பாசுமதி அரிசி இரண்டாக உடைந்திருக்குமேயானால், அவர்கள் சமையலில் அரைகுறை' என்று குறிப்பிடும் திருமதி அபூபக்கர் இங்கு அவர்களின் ஸ்பெஷலான பிரியாணியையும் அதற்குத் தொட்டுக் கொள்ள தோதாக கத்தரிக்காய்ப் பச்சடி செய்யும் முறையினையும் விளக்குகிறார்.

ஸ்பெஷல்

பிரியாணி ஸ்பெஷல்

தேவையான பொருட்கள் :

பாசுமதி அரிசி - ½ கிலோ
மட்டன் - ¾ கிலோ
தயிர் - 1 கப்
வெங்காயம் (பெரியது) - 2
தக்காளி - 2
மற்றும் இஞ்சி, பூண்டு, புதினா, கொத்துமல்லித்தழை.
மஞ்சள் பொடி - 1 சிட்டிகை
மிளகாய்ப் பொடி - 2 ஸ்பூன்
உப்பு - தேவைக்கேற்ப

செய்முறை :

வெங்காயத்தை நறுக்கிக் கொண்டு, வாணலியில் எண்ணெய் விட்டு பொன்னிறமாக வதங்கியவுடன் அதில் இஞ்சி, பூண்டு அரைத்த விழுதை இட்டு மீண்டும் நன்கு வதக்க வேண்டும். பிறகு தக்காளி, புதினா இலை, மல்லித் தழை, மிளகாய்ப்பொடி, மஞ்சள் பொடி போட்டு அதனுடன் தயிர் சேர்த்த மட்டனை சேர்த்துக் கிளறிவிட்டு பின் இக்கலவையினை குக்கரில் வேக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். பிறகு முன்பே முக்கால் பதத்தில் வடித்திருந்த பாசுமதி அரிசியினைக் கீழே அகன்ற பாத்திரத்தில் பரப்பி அதன் மேலே சீராக மட்டன் மசாலா பரவலாக நிரப்ப வேண்டும். இப்போது மட்டன் பிரியாணியைக் குண்டு போடாமல் குக்கரில் ஐந்து நிமிடம் வரை புழுங்கச் செய்ய வேண்டும். பறிமாறுவதற்கு முன்பு அரிசியினை கிளறும் போது அது உடைந்து விடாமல் பார்த்துக் கிளறுவது அவசியம். (தேவைப்படுபவர்கள் இஞ்சி, பூண்டு விழுதுடன் கசகசா, தேங்காய் அரைத்துவிடலாம்.)

கத்தரிக்காய் பச்சடி

தேவையான பொருட்கள் :

ஒரே சீராக உள்ள உருண்டை கத்தரிக்காய் - ½ கிலோ

முழு மிளகு - 1 டீஸ்பூன்

சீரகம் - 1 டீஸ்பூன்

வெங்காயம் - 2

தயிர் - 1 தேக்கரண்டி

வெல்லம் - சிறிதளவு

தேங்காய்ப்பால் - ½ கப்

செய்முறை :

அடிக் கனமான வாணலியில் கடுகு, கறிவேப்பிலை இட்டு தாளித்தவுடன் நறுக்கிய வெங்காயத்தை அதில் இட்டு வதக்க வேண்டும். பின் நான்காக பிளவுபடுத்திய கத்தரிக்காய்களை அதில் போட்டு உப்பு மஞ்சள்தூள் போட்டு தீயாமல் ஒரே சீராக வதக்க வேண்டும். பிறகு மிளகுடன் ஜீரகம் தண்ணீர் சேர்த்து அரைத்த விழுதினை அதில் இட்டு நன்கு வெந்தவுடன் இறக்கும் சமயத்தில் தயிர், வெல்லம் தேங்காய்ப்பால் சேர்க்க வேண்டும்.

மகாராஷ்டிர மாநிலத்தில் செய்யும் உணவு வகைகள் ஏறக்குறைய குஜராத்தியர் உணவு வகைகளை ஒத்திருந்தாலும் அதில் சேர்க்கும் பொருட்கள், அளவுகள் மாறுபாடுடையவை என்கிறார் திருமதி நந்தனி பலால். மாதத்திற்கு ஒரு முறையாவது தங்களது மகாராஷ்டிர ஸ்பெஷலான 'மசாலா பாத்' செய்து விருந்தினர்களைக் கவர்ந்து விடும் இவர் அவ்வுணவினைச் செய்யும் முறையினை விளக்குகிறார்.

மசாலாபாத்

தேவையான பொருட்கள் :

பாசுமதி அல்லது சாதாரண பொன்னி அரிசி உயர்ந்தரகம் - ½ கிலோ

கசகசா - ஒரு ஸ்பூன்

பூண்டு - 2 அல்லது 3

ஜீரகப்பவுடர் - 1 டீஸ்பூன்

தனியா பவுடர் - 1 டீஸ்பூன்

மஞ்சள் பொடி - 1 சிட்டிகை

உருளைக்கிழங்கு - 4

காலிப்ளவர் நறுக்கியது - 1 கப்

பட்டாணி - 1 கப்

தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப்

எள்ளு - 1 ஸ்பூன்

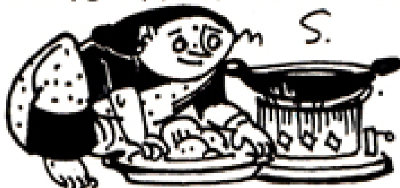
செய்முறை :

அடுப்பில் வாணலியில் எண்ணெய் விட்டு கடுகு, சீரகம் வெடிக்கவிட்டு (ஏலக்காய் லவங்கம் பட்டை வேண்டுபவர் இதனுடன் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்) நீளவாக்கில் நறுக்கிய பச்சைமிளகாய், கறிவேப்பிலை இட்டு அதனுடன் பட்டாணியைப் போட்டு 2 நிமிடம் வதக்க வேண்டும். பின்பு இதனுடன் சீரகப் பவுடர், மஞ்சள் பொடி, தனியா பொடியினை சேர்க்க வேண்டும். பிறகு தண்ணீரில் களைந்த அரிசியினை நன்கு வடிகட்டிய பிறகு வாணலியில் சிறிது நெய் சேர்த்து பொன்னிறமாக வறுத்துக் கொண்டு அதற்கு 1 : 1½ என்கிற கணக்கில் நீர் சேர்த்து கொதித்து வரும் போது மசாலா விழுதினை (பூண்டு, இஞ்சி, தேங்காய், எள்ளு) சேர்த்து பின்பு வேக வைத்த உருளைக்கிழங்கு காலிப்ளவர் போன்றவற்றை போட்டு உப்பு சேர்த்து மெதுவான தீயில் பதமாக்க வேண்டும். இறக்கும் சமயத்தில் சிறிது தயிர் அல்லது புளி சேர்க்கலாம். (இம் முறையில் குக்கரில் வைத்தால் அரிசி ரொம்பவும் புழுங்கி விடும். உதிர் உதிராக இருக்காது.)

- கீதாஜி.

திருநெல்வேலி ஸ்பெஷல் மனோகரம் :

கடலைமாவு 800 கிராம், அரிசிமாவு 100 கிராம் கலந்து சிறிதளவு வெண்ணை (அ)



டால்டா, சேர்த்துப் பிசைந்து, உளுத்தம் தேன்குழல் அச்சில் பிழிந்து, கரகரவென்று எடுக்கவும். பிழிந்த சைஸைவிட பெரிய சைஸில் சேவு கிடைக்கும். அதிகமாக நொறுக்காமல், . பெரிய கம்பிகளாக இருக்கும்படி நொறுக்கவும். 800 கிராம் வெல்லத்தைப் பாகு காய்ச்சி (பாகு பருப்புத் தேங்காய் பாகுபதம்) இறக்கி 'சேவு'களைப் போட்டுக் கிளறி இறக்கவும். ஏலம், தேங்காய் எதுவுமே தேவையில்லாமல் மிகமிக அதிகருசியோடு இருக்கும் இந்த மனோகரம். சர்க்கரைப்பாகு வைத்தும் கிளறுவார்கள்.

- கமலா.

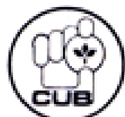
“கல்யாணமே வைபோகமே”

பட்டாடை இடையில் கட்டி - மனைவாயில்
பச்சை மாவிலைத் தோரணம் கட்டி - தன்
தோழிகள் வரவை நோக்கி - ஆவலாய்
வழிமேல் விழி வைத்துக் காத்திருக்கும்
வனிதையிவள் வாழ்வில் இந்நாள் - ஒரு
பொன்னாள்!

தோழிகளுக்குத் தன் சொந்த வீட்டில் விருந்தளிக்க வேண்டும் என்ற இவளின் நெடுநாள் ஆசை இன்று நிறைவேறுகிறது.

இவளின் தந்தை வீடு கட்டும் நோக்கத்துடன் திட்டமிட்டுப் பணம் சேமித்து வந்தார். அவருக்குச் சரியான முறையில் வழிகாட்டி உதவியது சிட்டி யூனியன் வங்கி! அதன் பலனாக இன்று அவரது சொந்த வீட்டின் புதுமனை புகுவிழா!

உங்கள் தேவை அறிந்து சேவை செய்யக் காத்திருக்கிறது ''சிட்டி யூனியன் வங்கி''.



சிட்டி யூனியன் பாங்க் லிட்.,

(அன்னியச் செலாவணி அங்கீகாரம் பெற்ற வங்கி)

பதிவு அலுவலகம்: கும்பகோணம் 612 001.

சிட்டி யூனியன் பாங்க்:
வளர்ச்சிக்கு - உங்கள் வளர்ச்சிக்கு வழிகாட்டும் வங்கி.

- சேமிப்புக் கணக்கு
- மாதாந்திர சேமிப்புத் திட்டங்கள்
- ரொக்கப் பத்திரங்கள்
- வாமன விஸ்வரூப வைப்புத்தொகை
- காலவரை வைப்புத் தொகை
- அயல்நாட்டில் வாழும் இந்தியருக்கான சேமிப்புத் திட்டங்கள்.

MCS/CUB/638

இறைவன் படைத்த எத்தனையோ விந்தைகளில் மனித உடலும் ஒன்று. அதில் ஒரு சின்ன பாகம் கெட்டுப் போனால் கூட நம்மால் மாற்றுப் பாகம் பொருத்த முடியுமா? சிலவற்றிற்கு முடியும் என விஞ்ஞானம் நிரூபித்தாலும் அதற்கு இலட்சக் கணக்கில் செலவாகிறது. நல்லமுறையில் செயல்படும் வரை நம் உடலைப் பற்றி நாம் கவலைப்படுவதே இல்லை.

சிறுநீரகப் பகுதி நம் உடலிலுள்ள முக்கியமான பகுதிகளில் ஒன்று. இப் பாகம் சம்பந்தப்பட்ட மருத்துவத் துறையை 'நெப்ராலஜி' என்கிறார்கள். தமிழ்நாடு ஹாஸ்பிடலின் நெப்ராலஜி துறையின் தலைவர் டாக்டர் ஜார்ஜி ஏப்ரகாம் சிறுநீரகங்களின் வேலைகளைப் பற்றிச் சொன்ன போது மிக வியப்பாக இருந்தது.

சிறுநீரகத்தில் நெப்ரோன் எனும் மெல்லிய குழாய்கள் 8 இலட்சம் முதல் 17 இலட்சம் வரை இருக்குமாம். இங்குதான் ரத்தத்தில் இருந்து உப்பு போன்ற அழுக்குகள் நீக்கப்பட்டு அவை சிறுநீர்க் குழாய் வழியாக வெளியேற்றப்படுகிறது. அதே போல இரத்தத்தில் சிவப்பணுக்கள் உருவாகத் தேவையான 'எரித்ரோ போயட்டின்'' எனும் பொருள் இங்குதான் உருவாக்கப்படுகிறதாம்.

சிறுநீரகம் கெடும் போது உடம்பின் அத்தியாவசியமான இவ்விரண்டு வேலைகளும் நடைபெறுவதில்லை. உடம்பில் உப்பு நீக்கப்படாமல் அதிகமானால் மரணம் நிகழும். அதே போல சிவப்பணுக்கள் ஆரோக்யமாக இல்லையெனில் இரத்த சோகை எனும் பலவீனம் ஏற்படுகிறது. இதற்காகத்தான் 'டயாலிஸிஸ்' செய்யப்படுகிறது. அல்லது மாற்றுச் சிறுநீரக அறுவை சிகிச்சை தேவைப்படுகிறது.

ஏன் சிறுநீரகம் கெடுகிறது?

சர்க்கரை வியாதி, உயர் இரத்த அழுத்த நோய், இன்ஃபெக்ஷன்ஸ், சிறுநீரகத்தில் கற்கள், பிறப்பிலேயே சிறுநீரகக் கோளாறு போன்றவை இருக்கும் போது சிறுநீரகம் தன் வேலை செய்யும் சக்தியை இழக்கிறது.

ஆனால் சிறுநீரகம் கெட ஆரம்பித்திருக்கிறது என்பது அது 80% கெட்ட பிறகு தான் வெளிப்படையாகத் தெரியுமாம். வாந்தி, அதிகமான சோர்வு, சிறுநீரில் இரத்தம் வருதல், சீழ் வருதல் போன்றவை அறிகுறிகளாக இருக்கும். சிறுநீரும் அதிகமாக வெளியாவதில்லை. அதற்குப் பிறகே சிறுநீரகம் கெட்டுப் போயிருக்கிறது என்று தெரிந்து கொள்ள முடிகிறது.

இதனால் உடலில் இரத்தத்திலிருந்து



உப்பு பிரிக்கப்படாமல் அதிகம் சேர வாய்ப்பு இருக்கிறது. உடனடியாக இதற்கு மருத்துவ சிகிச்சை தேவைப்படுகிறது.

என்ன சிகிச்சை?

'டயாலிஸிஸ்' என்ற வார்த்தையை நாம் நிறைய கேள்விப்படுகிறோம். உடலினுள் சிறுநீரகம் செய்யும் வேலையை வெளியே உள்ள கருவியொன்று செய்கிறது. உடலிலிருந்து இரத்தம் அந்தக் குழாய்க்குச் செலுத்தப்பட்டு, அது மீண்டும் உடலுக்குள் செலுத்தப்படுகிறது.

இது வாரத்திற்கொருமுறை, அல்லது நோயாளியின் நோயின் தன்மைக்கேற்ப செய்யப்படுகிறது. இதற்கு மருத்துவமனையில் தங்கி சிகிச்சை பெற ஆகும் பொருள் செலவு ஏராளம். மீண்டும் டயாலிஸிஸ்

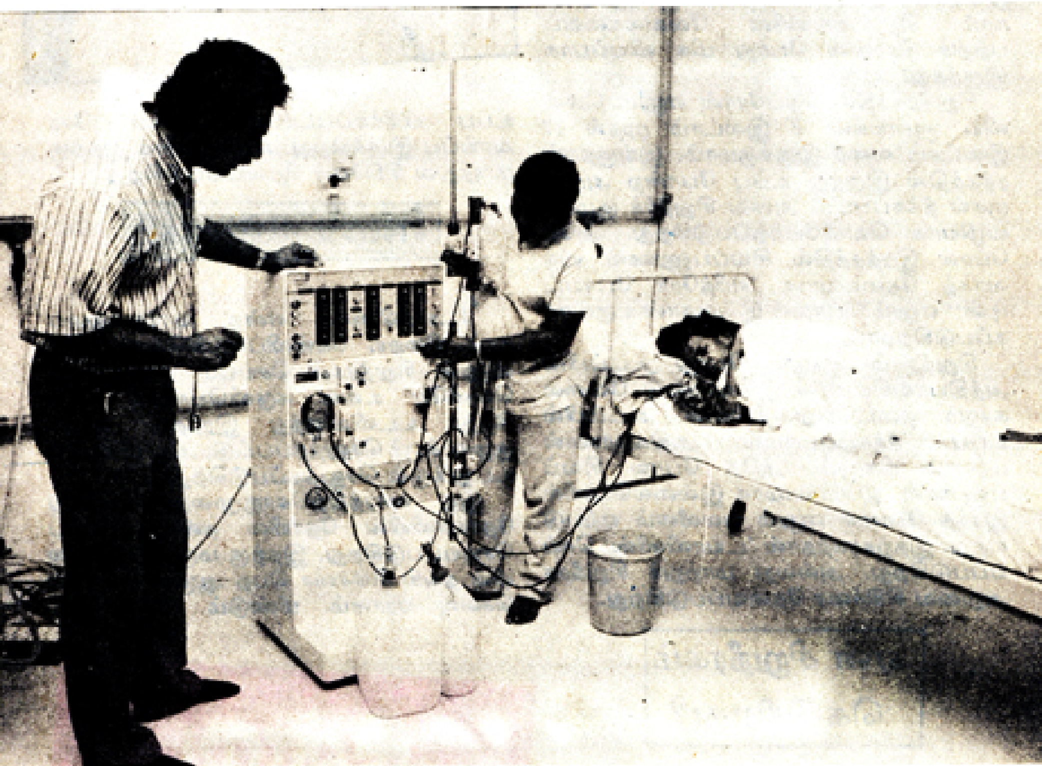
நின்று கொண்டே டயாலிஸிஸ்!

வரை உடம்பில் அதிகம் கழிவு சேராமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

''இதற்குத்தான் சமீப காலத்தில் நாங்கள் புதிய டயாலிஸிஸ் ஒன்றைக் கண்டுபிடித் துள்ளோம்'' என்கிறார் டாக்டர் ஜார்ஜி.

இதை 'பெரிடோனியல் டயாலிஸிஸ்' என்கிறார்கள். கால்ஷியம், சால்ட், க்ளூ கோஸ், மக்னீஷியம் போன்ற தாதுப் பொருட்கள் கலந்த திரவம் அடங்கிய பை ஒன்று உள்ளது. இதனை பெரிடோனியம் எனும் வயிற்றின் மேற்பரப்புத் தசையுடன் பொருத்தி விடுகிறார்கள். இது சிறுநீரகம் செய்யும் வேலையைச் செய்கிறது.

ஆஸ்பத்திரியில் தங்கி டயாலிஸிஸ்



செய்து கொள்ளும் நிர்ப்பந்தத்தினால் தொழில், வியாபாரம் போன்றவைகளைக் கவனிக்க முடியாமல் அவதிப்படுபவர் களுக்கு இது பெரும் வரப்பிரசாதம். நாமே இதனை வயிற்றோடு பொருத்திக் கொள்ள லாம். நின்று கொண்டோ, வேலைகளைச் செய்து கொண்டோ கூட டயாலிஸிஸ் செய்து கொள்ளலாம். இத் திரவம் சிங்கப் பூரிலிருந்து இறக்குமதியாகிறது. அநேக மாக தமிழ்நாடு மருத்துவமனையில் மட்டும்தான் இப்படிப்பட்ட டயாலிஸி ஸுக்கான கருவியைப் பொருத்துகிறார்கள் என்று கூறப்படுகிறது.

மாற்றுச் சிறுநீரக அறுவைச் சிகிச்சை

இது போல டயாலிஸிஸை அடிக்கடி செய்து கொண்டே இருக்க முடியாது என்ப தால் பொருத்தமான மற்றொரு சிறுநீரகத் தைப் பாதிக்கப்பட்ட நபருக்குப் பொருத்து கிறார்கள். அதென்ன 'பொருத்தமா'?

ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் இரண்டு சிறு நீரகங்கள் உள்ளன. சாதாரணமாக ஒன்று இருந்தாலே போதும். ஆரோக்கியமான இரண்டு சிறுநீரகங்களில் ஒன்றைத் தான மாகக் கொடுக்கலாம். கொடுப்பவருக்கும், கொடுக்கப்படுபவருக்கும் ஒரே குரூப் ரத்தம் இருக்க வேண்டும். அது தவிரவும்; பிரசவ காலத்தில் பார்ப்பது போன்ற RH + RH — டெஸ்ட்டும் செய்யப்படுகிறது. அதி லும் இருவருக்கும் பொருந்தும் போது தான், அறுவை சிகிச்சை மேற்கொள்ளப் படும்.

ஏனெனில் பொதுவாக எந்த வெளிப் பொருளும் உடலுக்குள் போகும் போது, அல்லது தோன்றும் போது அதை வெளியே தள்ளவே அனைத்து செல்களும் முயற்சிக்

கும். அதனால் வேறொரு சிறுநீரகத்தைப் பொருத்தினால் 'ஆன்டிபாடீஸ்' உருவாகி அதைத் தோற்கடிக்க முயலுமாம். எனவே அப்படித் தோன்றாத வகையில் இரத்த அணுக்கள் இருவருக்கும் ஒன்றாக இருக் கிறதா எனப் பார்த்துக் கொள்கிறார்கள். அப்படியும் சில சமயம் பதினைந்து நாட்கள் கழித்துக் கூட 'ரிஜெக்ட்' செய்து விடுமாம். அதற்காகவே வெளியே இருந்து வைக்கப்பட்ட சிறுநீரகத்தை ஊக்குவிக்க மருந்துகள் கொடுக்கப்படுகின்றன.

இதனால்தான் கேன்சர், இருதயநோய் உள்ளவர்களுக்கு இந்தச் சிகிச்சை செய்வ தில்லை என்கிறார் ஜார்ஜி. ஏனெனில் மாற்றுச் சிறுநீரக வேலையை ஊக்குவிக்கக் கொடுக்கப்படும் மருந்து ஏற்கெனவே இருக்கின்ற கேன்சர், இருதய நோயையும் வளர்க்க ஆரம்பித்து விடுமாம்.

நெப்ராலஜியில் புகழ்பெற்ற டாக்டர். ஜார்ஜி ஆப்ரகாம் மிக உற்சாகத்துடன் ஒவ் வொன்றையும் சிறு குழந்தைக்குப் புரிய வைப்பது போல எளிமையாகச் சொன் னார். கடைசியாக அவர் விடுத்த வேண்டு கோள்தான் மனத்தை நெகிழ வைத்தது.

''சிறுநீரகம் செயலிழக்கிறது என்பது மட்டுமல்லாமல் உடலின் பல்வேறு உறுப் புக்களும் நலம் குன்றலாம். அந்த பாதிக் கப்பட்ட நபர் உயிருக்குப் போராடும் போது, அவருடைய நெருங்கிய உறவி னர்கள் எத்தனை துடிப்பார்கள்? நலி வடைந்த அந்தப் பாகத்திற்கு மாற்று கிடைத்து அவர் உயிர் பிழைத்தால் அவரின் மனைவியோ/கணவனோ/குழந்தைகளோ எவ்வளவு சந்தோஷப்படுவார்கள்?

வெளிநாடுகளில் பலரும் இதற்காகவே ஒரு கார்டை எப்போதும் பாக்கெட்டில் வைத்திருப்பார்கள். அவர்கள் விபத்தில் (அ) திடீரென்று மரணமடையும் பட்சத் தில், அவர்கள் உடலிலிருந்து தேவையான உறுப்புக்களை எடுத்துப் பாதிக்கப்பட்ட நோயாளிகளுக்குப் பொருத்தலாம் என்பதற் கான சம்மதம் தரும் கார்டே அது.

சிறுநீரகத்தை 60 மணி நேரமும், இரு தயம், லிவர் போன்றவற்றை 4 மணி நேர மும் பாதுகாக்க முடியுமாம்.

அதே போல கடாவரி மாற்று என்ற ஒன்றும் உண்டாம். மூளை மட்டும் இறந்து போய் உடல் உறுப்புக்கள் மட்டும் செயல் படுவது உண்டு. இது 'கோமா' போன்ற நிலைமை. இந்தச் சந்தர்ப்பத்திலும் உறவி னர்கள் சம்மதிக்கும் பட்சத்தில் ஆரோக்கிய மான உடல் உறுப்புக்களைத் தானமாக அளிக்க முடியும்.

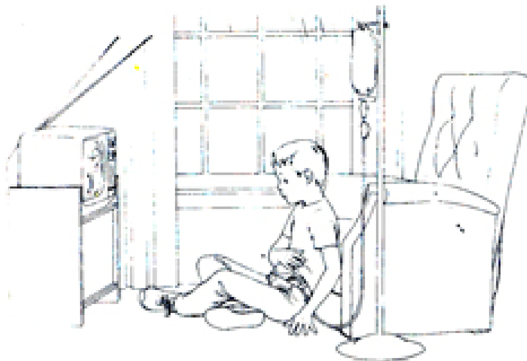
நம்முடைய நாட்டில் இது போல ஒரு நிலைமை வருமானால் எவ்வளவோ நன் றாக இருக்கும். நாளும் நூற்றுக் கணக்கான விபத்துக்கள் நடந்து மனிதர்கள் இறக்கி றார்கள். அவர்களுடனேயே அவர்க ளுடைய ஆரோக்கியமான உடல் உறுப்புக் களும் இறந்து விடுகின்றன. அவை கண வனை இழந்து கொண்டு இருக்கும் ஒரு மனைவிக்கோ, குழந்தைக்காகப் போரா டும் தாய்க்கோ எத்தனை மகிழ்வைத் தரக் கூடியவை.

நாம் அனைவருமே இறந்த பிறகு நம் உடல் உறுப்புக்களைத் தானம் செய்ய முன் வர வேண்டும். உடலைச் சிதைக்காமல், அழகாக உறுப்புக்களை எடுத்து நோயாளி களுக்கு உபயோகிக்கலாம். இந்த விழிப் புணர்வு, இந்த மாபெரும் சமூக உணர்வு அனைவருக்கும் ஏற்பட இதை ஒரு இயக்க மாகவே ஏற்படுத்த வேண்டும்.

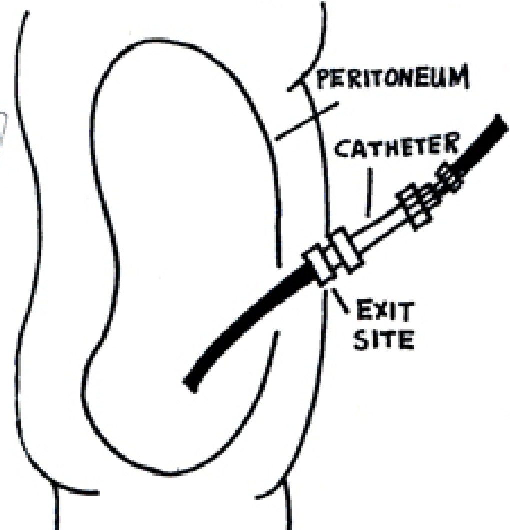
உங்கள் வாசக, வாசகியர் ஒவ்வொருவ ருக்கும் நான் விடும் வேண்டுகோள் இது தான். நம்முடனே நம் உறுப்புக்கள் மண் ணோடு மக்கிப் போகாமல் யாரோ ஒருவ ரின் வலியை, கண்ணீரைத் துடைக்குமா னால் அது எவ்வளவு மகத்தான விஷயம்?''

என நெகிழ்ந்து கூறுகிறார்.

- மஞ்சுளா ரமேஷ்



பெரிடோனியல் டயாலிஸிஸ் செய்து கொண்டே...



பெரிடோனியத்தில் பொருத்தப்படும் குழாய்

விசேஷ
சேமிப்புத்
திட்டங்கள்

உங்கள் வருங்காலம் வளம் பெற
ஸ்ரீ லக்ஷ்மி பேர்ல்ஸ் & ஜுவல்லர்ஸ்
வழங்கும்
பண்டிகைகாலச் சேமிப்புத் திட்டங்கள்

★ முத்து சேமிப்புத் திட்டம்:

9 மாதத் தவணைகளில் பணம் செலுத்தி 1½ மடங்கு மதிப்புள்ள ஐதராபாத் முத்துக்களைப் பெறுங்கள்.

மாதத் தவணை	செலுத்தும் மாதங்கள்	மொத்தம் செலுத்தும் தொகை	தவணை முடிவில் கிடைக்கும் முத்து எடை	தவணை முடிவில் பெறும் முத்து மதிப்பு
ரூ. 60	9	ரூ.540	20 கிராம்	ரூ. 810
ரூ.100	9	ரூ.900	33 கிராம்	ரூ.1,350

இலவசம்!
- ரூ.60 மாதத் தவணைத் திட்டத்தில் சேர்ந்தால் எவர்சில்வர் லஞ்ச் பாக்ஸ் இலவசம்
- ரூ.100 மாதத் தவணைத் திட்டத்தில் சேர்ந்தால் எவர்சில்வர் டிபன் கேரியர் இலவசம்.

★ அமெரிக்கன் டைமண்ட் சில்வர் நகை சேமிப்புத் திட்டம்:

மாதம் ரூ.150 வீதம் 6 மாதங்களில் ரூ.900 செலுத்தி, ஏழாவது மாதத்தில் ரூ.1,350 மதிப்புள்ள அமெரிக்கன் டைமண்ட் சில்வர் நகையைப் பெறுங்கள்.

இலவசம்! இத்திட்டத்தில் சேர்ந்தால் எவர்சில்வர் டிபன் கேரியர் இலவசம்

★ வருங்கால வைப்புத் திட்டம்

இப்போது ரூ.1,000 செலுத்தி, 25 மாத இறுதியில் ரூ.1,375 பெறுங்கள்!

அன்பளிப்பு! இத்திட்டத்தில் முதலீடு செய்வோர்க்கு ரூ.200க்கு மேல் மதிப்புள்ள 5 கிராம் ஐதராபாத் முத்துக்கள் அன்பளிப்பாக வழங்கப்படும்.

குறைந்த இடங்களே உள்ளன. விரைந்து வாருங்கள்!

ஸ்ரீ லக்ஷ்மி பேர்ல்ஸ் & ஜுவல்லர்ஸ்
11, அபெக்ஸ் காம்ப்ளெக்ஸ்,
நாகேஷ் தியேட்டர் அருகில்,
பாண்டி பஜார், சென்னை -17

அமோக விற்பனை!

நெக்லெஸ் செட்டுகள்	:	ரூ.750 முதல் ரூ.3,000 வரை
வளையல்கள் (ஜோடி)	:	ரூ.650 முதல் ரூ.2,000 வரை
காதணிகள்	:	ரூ.100 முதல் ரூ. 350 வரை
மூக்குத்திகள்	:	ரூ. 12 முதல் ரூ. 30 வரை
ஐதராபாத் முத்துக்கள்	:	கிராம் ரூ.20 முதல் ரூ.100 வரை

இந்த விளம்பரத்தைக் கொண்டு வந்தால் ரொக்க விற்பனையில் **25%** சிறப்புத் தள்ளுபடி உண்டு.

MCS/SLP/675

திருமணமலர்

மணமகள் தேவை

★ வடகலை அய்யங்கார் கௌண்டின்ய பூரட்டாதி 30/162 செ. மீ. HCL LTD லக்னோவில். வருமானம் ரூ. 2000/- நிரந்தர பணியில் இருக்கும் வரனுக்கு பட்டாதாரி நல்ல வேலையில் இருக்கும் நல்ல குடும்பத்து பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும்.
பெட்டி எண் : 10354

* Computer professional, 34/175/6000 Telugu Brahmin bachelor seeks smart, affectionate, independent intellectual life partner without encumbrances from Madras. No dowry. Simple marriage. Religion, community no bar. Box No.10355

★ சைவ வேளாளர், வயது 26, சதய நட்சத்திரம் படிப்பு B.A (Indian Music) Dip in Music. அரசு மேல்நிலை பள்ளியில் நிரந்தர இசை ஆசிரியர் மாதம் ரூ. 2300/- வீடு மற்றும் வசதியுடன் உள்ள அழகான, சிவப்பான, கண் பார்வையற்ற ஆணுக்கு, பிள்ளை/சோழிய வேளாளர்/முதலியார் மற்றும் இந்து சைவ இனத்தை சேர்ந்த பரந்த மனப்பான்மையுள்ள பெண் தேவை. வரதட்சணையை விரும்பவில்லை. பெட்டி எண் : 10356

★ பரணி நட்சத்திரம். உயரம் 165 செ.மீ. வயது 35. மாத வருமானம் ரூ. 2000/- பி. எஸ்ஸி. உடுப்பி இன்ஜனீயரிங் காலேஜில் வேலை பார்க்கும் தமிழ் யாதவர் மணமகனுக்கு இதே இனத்தை சேர்ந்த மணமகள் தேவை. தெலுங்கு யாதவர் சம்மதம். பெட்டி எண் : 10357

★ சைவ வேளாளர்/1800/34/163 செ.மீ அரசுப் பணியிலுள்ள மணமகனுக்கு சைவ வேளாளர்/முதலியார்/செட்டியார் கார்காத்தார் - அரசுப் பணியிலுள்ள எங்கும் மாற்றிக் கொள்ளக்கூடிய மணமகள் தேவை. ஜாதகம் அனுப்புக. பெட்டி எண் : 10358

★ பிரஹசரணம், ஐயர், பாரத்வாஜ கோத்திரம், மகம், வயது 34, உயரம் 170 செ.மீ., பி.யூ.சி. பிரபல தனியார் கம்பெனியில் ரூ 1600/-- மாத வருமானமுள்ள பையனுக்கு படித்த, அழகும், குணமும் கொண்ட குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 10359

★ திருநெல்வேலி சைவ பிள்ளை வகுப்பை சேர்ந்த 30 வயது, 5'.6'' உயரம், பி.காம்., ஸி.ஏ. முடித்து சொந்த தொழில் நடத்தும் மாதம் சுமார் ரூ. 4000/- சம்பாதிக்கும் மணமகனுக்கு பட்டப் படிப்பும், குடும்ப பாங்கான, அழகான பெண் தேவை. ஜாதகம், குடும்ப விபரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 10360

★ பள்ளர், 35 வயது நிரம்பிய பட்டதாரி சிவில் எஞ்ஜினியருக்கு (பப்ளிக் செக்டார் ஆபிசர்) படித்த அழகான பெண் தேவை. இந்தி மொழி ஓரளவு பேசத் தெரிந்திருத்தல் நலம். பெட்டி எண் : 10361

★ வடமாள் ஆத்திரேய கோத்திரம், சதயம் 3 ம் பாதம் +2, 28, 172 செ.மீ. ரூ. 2000/- C.I.D. Police ல் பணிபுரியும் நல்ல குடும்பத்தை சேர்ந்த மணமகனுக்கு தகுந்த மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். வேலை பார்க்கும் பெண்ணாக இருப்பது நல்லது. பெட்டி எண் : 10362

★ அய்யர் வாத்திமாள் பாரத்வாஜ கோத்ரம் பரணி நக்ஷத்திரம் வயது 28, உயரம் 170 செ.மீ. டெல்லியில் மத்திய அரசில் ரூ. 2000/- சம்பளத்தில் தமிழ் நாட்டுக்கு மாற்றிக் கொள்ள தகுந்த வேலை பார்க்கும் பட்டதாரி பையனுக்கு Bank, LIC, GIC மத்திய அரசில் பணிபுரியும் பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண் : 10363

★ மாத்வ, கன்னட பிராமணாள் - கௌண்டன்ய கோத்திரம் சித்ரா, மாதிரம் 31/165/2,500/- சொந்தமாக காண்ட்ராக்ட் தொழில் உள்ள நடுத்தர குடும்பத்தை சேர்ந்த மணமகனுக்கு அதே இனத்தில் மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 10364

★ அசுவதி. M.A., M.Phil., B.Ed., D.P.M., 27/5'.5''/1500/- மெட்ரிகுலேஷன் ஸ்கூல் ஆசிரியர் வரனுக்கு சுத்த சைவ வகுப்பில் தேசிகர், சைவப் பிள்ளை, செட்டியார், முதலியார் வகுப்பை சேர்ந்த, நல்ல வேலை வாய்ப்புக்கு வசதி செய்து தரக்கூடிய தொழிலதிபர்கள், பள்ளி நிர்வாகிகளிடமிருந்து ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பங்கள் வரவேற்கப்படுகிறது. பெட்டி எண் : 10365

★ வடமாள், மௌத்கல்ய கோத்ரம். உத்ராட நக்ஷத்திரம், வயது 31. பி.எஸ்ஸி பட்டதாரி. உயரம் 5'.10'' Engineering Contractor ஆகப் பணி புரியும் வாலிபருக்கு மணமகள் தேவை. பெண் பட்டதாரியாக இருக்க வேண்டும். கேரளாவைச் சேர்ந்த வடமாள் ஐயராக இருக்க வேண்டும். வேலைக்குப் போக வேண்டாம். நல்ல குடும்பப் பெண்ணாக இருக்க வேண்டும். வயது 22 முதல் 27 வரை இருக்கலாம். பெட்டி எண் : 10366

★ உத்திரம் நட்சத்திரம், வயது 32. உயரம் 5'.4''. எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி தேர்ச்சி. கவரை நாயுடு. மாநில அரசு பணியாளர். மாத வருமானம் ரூ. 1800/- முதல் மனைவியை இழந்தவர். குழந்தைகள் கிடையாது. குடும்பப் பாங்கான அழகிய பெண் தேவை. குழந்தைகள் இல்லாத 35 வயதிற்குட்பட்ட விதவைகளும் எழுதலாம். உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 10367

★ 22 வயதுள்ள பார்மஸி டிப்ளமா படித்த இசை வேளாளர் பிள்ளை வகுப்பைச் சேர்ந்த எடுப்பான தோற்றமும் மென்மையான உள்ளமும் உள்ள வாலிபருக்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த பொறுமையும் அன்புமுள்ள பெண் தேவை. பெட்டி எண் : 10368

★ கவரா நாயுடு (தெலுங்கு தெரியாது) 27/1500/163 செ.மீ./+2 புனர்பூசம் சென்னையில் பிரபல பத்திரிகை நிறுவனத்தில் அட்டெண்டர் வேலை; வேலை நிரந்திரம், 10 வருட அனுபவம், ஒரே பையன். 25 வயதுக்குட்பட்ட வேலைக்குச் செல்லும்/செல்லாத நல்ல குணமுடைய பெண் தேவை. நாயுடு, முதலியார், பிள்ளை, கவுண்டர், செட்டியார் வகுப்பைச் சேர்ந்தவர்களும் ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 10369

★ பிள்ளை ரயில்வே 33/167/2100/பி.ஏ தேசிய விளையாட்டு போட்டியில் அங்கம் வகிக்கும் மணமகனுக்கு அரசு அலுவலகம், வங்கியில் பணிபுரியும் பெண்கள் ஜாதகம் தேவை. பெட்டி எண் : 10370

* Alliance invited for Vannia Chettiar boy 27/170/2500 in Central Secretariat Service at Delhi, from educated, well to do family. Horoscope, family details and biodata to Box No.10371

* Alliance invited for Karkatha Vellalar Pillai boy Non-vegetarian 30/168/2200 Central Secretariat Service Delhi from employed/employable girls of Pillai/Mudaliar community. Respond with horoscope. Box No.10372

* Kerala Iyer boy, Vadama, Central Government Officer, at Bombay, 27/169/4100 seeks suitable alliance from well educated employed/unemployed girls aged around 24. Anusham, Shandilyam. Correspond with horoscope to Box No.10373

* Wanted Non-Koundinya Telugu Brahmin graduate well-built, domestically trained girl, very fair complexion, musically trained age upto 25 years for boy 28/162 cms/2100 employed in United India Insurance. Box No.10374

* Wanted very fair girl (should be unmarried, Iyengar and unemployed) for Thenkalai Iyengar graduate boy (divorcee) 31/166/3000 settled in Madras. Boy's star Anusham. Kasyapa Gothram. Please reply with all details to Box No.10375

* Alliance for Vadamal Iyer boy 34, B.Com., Purattadhi, Gautham independent business from Keralite good looking employed girl, Bombay based. Horoscope optional. Apply with family details to Box No.10376

* Alliance for 33/5000, B.Tech., DCA., Central Govt. Bombay, seeks fair, educated girl from Aryavysya community. Caste is no bar if the choice is good. Box No.10377

* Wanted fair, good looking, Non-Srivatsa bride, graduate, under 25. 5'.5"/4'. for fair, handsome Vadagalai graduate boy, 30/165, Sevvai eighth, well employed, Bombayite, clean habits. Box No.10378

* Wanted good looking graduate Iyer girls LIC/Bank/Govt. employed for Vadama Bharadwajam Ashwathi Bank employed graduate 28/166/2000. Sub-sect acceptable. Horoscope/family details to Box No.10379

* Alliance invited for Saiva Vellala Doctor, tall pleasant personality, high esteem and clean habits, well placed, innocent divorcee of brief nonconsummated marriage, unencumbered. Hindu vegetarian need apply. Box No.10380

★ பி.ஏ வரை படித்து எப்போதாவது வலிப்பு வியாதியினால் அவஸ்தைப் படும் 34 வயது பிராம்மண வரனுக்கு, 30-32 வயதில் (விதவைகளும் விண்ணப்பிக்கலாம்) காலம் முழுவதும் கவனித்துக் கொள்ளக் கூடிய சைவ உணவு பழக்கமுள்ள ஏழை மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 10381

★ பிரஹசரணம், கபி, பூராடம், பட்டதாரி, 35/172/1500/-, சென்னையில் தனியார் நிறுவனத்தில் வேலை பார்க்கும் சொந்த வீடு உள்ளவருக்கு வேலை பார்க்கும் பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண் : 10382

★ வாத்திமாள், பாரத்வாஜ கோத்திரம் சதயம், வயது 36, பி.எஸ்ஸி படித்து பெங்களூரில் தேசிய வங்கியில் ரூ. 4000/- சம்பளத்தில் உள்ள பையனுக்கு தகுந்த அழகான பெங்களூர் அல்லது பெங்களூருக்கு மாற்றிக் கொள்ளக் கூடிய வேலையில் உள்ள பெண் தேவை. வேலையில் இல்லாத பெண்ணாக இருந்தாலும் ஷார்ட் ஹாண்ட் தேர்ச்சி பெற்ற பெண்ணாக இருந்தால் தொடர்பு கொள்ளவும். ஐயரில் உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 10383

★ மத்திய அரசில் சென்னையில் சீனியர் அக்கௌண்டெண்டாக உள்ள 27 வயது அஷ்டசகஸ்ர, பாதராயண கோத்ர, ரோகிணி நட்சத்திர, சொத்து வசதியுள்ள அய்யர் மணமகனுக்கு, ஏற்ற சென்னை - மத்திய/மாநில அரசுப் பணியில் உள்ள அய்யர் மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 10384

★ ஹிந்து, பிள்ளை, 30, 165, 3500/- M.Sc., B.Ed., கேந்திரிய வித்யாலயத்தில் போஸ்ட் கிராஜுவேட் டீச்சர் - டிகிரி படித்த பெண் தேவை. உத்தி



தீபாவளி நல்வாழ்த்துக்கள்



தலைமுறை
வழிவந்த
தனித்தன்மை
இதனை வெல்ல
எதுவும் இல்லை

கோகுல்

- ஊறுகாய்கள்:
  எலுமிச்சை
  மாங்காய்
  மிக்ஸட் வெஜிடபிள்
  பூண்டு
  ஆவக்காய்
  ஆனியன்
- பத்திகள்:
  மாலா
  மட்டிப்பால்
  சாண்டல்





டி.எஸ்.ஆர். & கோ.
ஹோம் நீட்ஸ் பி.லிட்.,
ஹோம் கார்டன்ஸ், கும்பகோணம்-612001.

யோகத்தில் இருப்பது சிறந்தது. 4 வருடங்களாக ஜம்முவில் இருக்கிறார். கூடிய சீக்கிரம் தென் இந்தியா வர இருக்கிறார். ஜாதி பேதம் இல்லை. பெட்டி எண் : 10385

★ இந்து, அகமுடையார் இனத்தை சேர்ந்த DME/29/3500, ராணிபேட்டை தனியார் நிறுவனத்தில் பணிபுரியும் பட்டுக்கோட்டையை சேர்ந்த மணமகனுக்கு, முக்குலத்தோர் இனத்தை சேர்ந்த +2 படித்த மணமகள் தேவை. குடும்ப விவரம், ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 10386

★ நடுத்தர வசதியுள்ள பலிஜா நாயுடு. 27/168 செ.மீ. ரூ. 1800/- பி.எஸ்ஸி கோவையில் நிரந்தர வேலையிலுள்ள அழகான வரனுக்கு 21/24 வயதுள்ள படித்த அழகுள்ள மணமகள் தேவை. (ஜாதகனுக்கு 8 ல் செவ்வாய்) செவ்வாய் உள்ளவர் மட்டும் விண்ணப்பிக்கவும். உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண் : 10387

★ பிராமின் காஸ்யபம் அவிட்டம், வடமாள் வயது 31, உயரம் 161 செ.மீ, படிப்பு எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. வேலை தாற்காலிகமானது. நிரந்தரமான வேலை, அல்லது வியாபாரத்துக்கு உதவி செய்ய வேண்டும். ஜாதி, மதம், தேவை இல்லை. பார்வை அற்றவர்கள் கால் ஊனமுற்றவர்கள் மட்டும் தொடர்பு கொள்க. நிரந்தரமான வேலையில் இருக்க வேண்டும். பெட்டி எண் : 10388

★ பி.ஈ/30/5'.4''/2200/- பள்ளியில் நிரந்தர வேலை. இந்து, துளுவ வெள்ளாளர் பையனுக்கு, படித்த லட்சணமான பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். ஜாதகம் இல்லையெனில் பாதகமில்லை. தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி : ஜ. பிரபு தயாளன், 49 எழில் நகர் (மாடியில்), ஸ்டேட் பாங்க் காலனி, திருநெல்வேலி - 627 007.

* Alliance for Bharadwaja 36/165/2000/-Brahacharanam, graduate only son. Working reputed company at Bangalore, prefers employed girl. Early simple marriage. Subsect no bar. Correspond Sri. L.S. Subbarayan, 92, Postal Colony, 5th Main, Sanjay Nagar, Bangalore - 560 094.

* Non-Kousika beautiful girl for Keralite Vadama boy age 34 B.Com Uttram, boy employed in Saudi-Arabia as secretary since 1965 to until June 1990. Presently involved in own business of looking after agricultural matters. Contact : K.R. Lakshmi Narayanan, Athani Paramba Kalam, Chithali P.O. (Via. Coyalmanna) Palghat Dt., Kerala - 678 702.

* Most reliable handsome 36 year young Mauritian Hindu highcaste bachelor - highly qualified & PhD Doctorate, presently in India and further for six months, seeks a beautiful graduate bride. Medical professionals prefered. Simple marriage acceptable. Dowry/employment/caste no bar. Please write to Dr. Raj, PhD., A2/152, Trichy - 620 014, along with complete biodata. Physically disabled need not apply.

* Palghat Athreya Advocate (29) settled Madras, Hastham requires bride preferably Keralite. Horoscope and details to "Priya" P.O. Box : 1418, Madras - 17.

★ ஐயர், பிரஹசரணம், ஸ்ரீவத்ஸ கோத்ரம், மூலம் நட்சத்திரம், 30, ஆபீஸர், அரசுடைமையாக்கப்பட்ட வங்கியில் பணிபுரியும் பையனுக்கு தகுந்த பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 10389

★ மணமகன் வயது 26. உயரம் 168 செ.மீ. எம்.ஏ பட்டதாரி, வெள்ளாள முதலியார். மாத வருமானம் ரூ. 2000/-, அரசு போக்குவரத்தில் ஓட்டுனராக பணிபுரியும் இவருக்கு நன்கு படித்த (அல்லது) பணிபுரியும் பெண் தேவை. உடல் ஊனமுற்றோர், ஆதரவற்றோர் மற்றும் விதவை பெண்ணுக்கு முன்னுரிமை வழங்கப்படும். பெட்டி எண் : 10390

★ அமெரிக்காவில் M.S (Computer) படித்து சென்னை திரும்பும் மணமகனுக்கு சோழிய வெள்ளாள பிள்ளை (திருச்சி இனம்). நல்ல சிகப்பு 152/160 செ.மீ., 20/23 வயது மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 10391

★ திருநெல்வேலி சைவ செட்டியார், விசாகம், 35/153 செ.மீ./1800 சென்னையில் அரசுப் பணியில் இருக்கும் உடல் ஊனமுற்ற (இடையில் ஏற்பட்டது) பையனுக்கு அதே இனம்/திருநெல்வேலி சைவ பிள்ளை இனத்தைச் சார்ந்த மத்திய/மாநில/தனியார் துறையில் பணிபுரியும் மணமகள் தேவை. குடும்ப விவரம், ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். ஊனமுற்றவர்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண் : 10392

★ பெங்களூரில் சொந்த தொழில் படிப்பு பி.ஏ., வயது 25 அசைவ பிள்ளை மாத வருமானம் ரூ. 5000/-. நல்ல வசதியான பையனுக்கு படித்த அழகான வேலையில் இல்லாத பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண் : 10393

* Vadamal, Kousika, Uthirattadhi, only boy aged 28, Bank 3500/5'.2" seeks suitable graduate bride. Left leg slightly affected but boy is energetic and enthusiastic & does side business too. Box No.10394

* Alliance invited from slim good looking employed non Kausika Telugu Brahmin girls below 27 for Velnadu boy 32 working as executive in a reputed publication in Madras. Reply in detail with horoscope to Box No.10395

★ வடமாள், காஸ்யப மகம், 34/170/3000/- STENO, சென்னையில் நல்ல நிரந்தர வேலையிலிருக்கும் பையனுக்கு, பெண் மற்றும் அவர் சகோதரர் ஆயில்யம், DRAUGHTS MAN வேலையிலிருக்கும் 31/160/3000/- பையனுக்கும் வேலையிலுள்ள அல்லது மாற்றத்தக்க பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 10396

★ வடமாள், பாரத்வாஜ கோத்ரம், ரேவதி 30 வயது, சென்னை தனியார் நிறுவனத்தில் நிரந்தர சூப்ரவைசர் வேலை, சம்பளம் ரூ. 1800/- உயரம் 5'.8'', மீடியம் சிகப்பு பையனுக்கு நல்ல வேலை பார்க்கும் பெண், பார்க்க லக்ஷணமாகவும், குடும்பத்தை பொறுப்புடன் நடத்தும் திறமையும், குணமும் உள்ள குடும்பப்பாங்கான பெண்களின் பெற்றோர்களிடமிருந்து விண்ணப்பங்கள் வரவேற்கப்படுகிறது. பெட்டி எண் : 10397

★ மார்வாடி இனத்தைச் சார்ந்த இரு மகன்களுக்கு மணமகள்கள் தேவை. நல்ல படிப்பும் நான்கு இலக்கச் சம்பளமும் உடைய



வீட்டில் பெண்ணாய் வெளியே
ஆணாய்...
இருவரின் கடமையும் ஒருத்தியின்
தலையில்...

இதுவா பெண் விடுதலை ?

பெயர்: சந்தியா; படிப்பு: எம்.பி.ஏ.,
தொழில்: மார்க்கெட்டிங் மானேஜர்
பொழுது போக்கு: துணி துவைத்தல், பாத்திரம் கழுவுதல், வீடு பெருக்கி சுத்தம் செய்தல், குழந்தைகளைப் பார்த்துக் கொள்ளுதல், கணவன் மற்றும் மாமனார் மாமியாருக்கு பணிவிடை செய்தல், கடைக்கு சென்று மளிகை, காய்கறிகள் வாங்குதல் இத்யாதி.

அவள் ஒரு சராசரி இந்தியப் பெண். அவளுக்கும் சில கனவுகள் உண்டு. மேற்கொண்டு படித்தல், ஃபாரின் டூர் போதல், ஒரு நாவல் எழுதுதல்... இப்படியெல்லாம். ஆனால் நேரம்...? காலை எழுந்ததிலிருந்து இரவு படுக்கப் போகும் வரை வீட்டிலும் ஆஃபீசிலுமாய் வேலை, வேலை, வேலை. அவள் கனவுகள் இல்லறம் என்ற இனிய சிறையில். அவளுக்கு வேண்டியதெல்லாம் [illegible] வீட்டு வேலைகளில் உதவும் சாதனங்கள். சூர்யா மற்றும் ஸ்விஃப்ட் மிக்சியைப் போல.

Surya and Swift Mixies.

புதுமைப் பெண்ணுக்கேற்ற
அரிய படைப்புகள்

டீலர்கள் மற்றும்
பெண் விற்பனையாளர்கள்
(Canvassers) தேவை.

பெண்கள் வீட்டிலிருந்தபடியே சூர்யா காஸ் ஸ்டவ், மிக்சி, இஸ்திரிப்பெட்டிகளை விற்கலாம். மேலும் விவரங்களுக்கு சத்யா என்டர்பிரைசஸை தொடர்பு கொள்ளவும்.

சூர்யா வெண்மணி போட்டி

சந்தியா போன்ற எந்த இந்தியப் பெண்ணும் இந்த போட்டியில் கலந்து கொள்ளலாம்.
மேலும் விவரங்களுக்கு தொடர்பு கொள்க:
சத்யா எண்டர்பிரைசஸ், [illegible]
செஞ்சுரி பிளாசா, 560-562, அண்ணாசாலை,
தேனாம்பேட்டை, சென்னை - 600 018.
தொ.பே.: 454766, 452332

திருமணமலர் பகுதியில் விளம்பரம் செய்ய ரூ. 75/- தொகையை, 'மங்கையர் மலர்' என்ற பெயருக்குச் சென்னையில் உள்ள ஏதாவது ஒரு வங்கியில் மாற்றக்கூடிய MICR டிமாண்ட் டிராப்டாக அனுப்ப வேண்டும். அல்லது மணியார்டர் மூலமாக அனுப்பலாம். போஸ்டல் ஆர்டர் ஒத்துக் கொள்வதில்லை. ஒரு விளம்பரத்தில் ஒரு வரனுக்கு 30 வார்த்தைகளுக்குள் விவரங்கள் தர வேண்டும். திருமண மலர் பகுதியில் விளம்பரம் செய்பவர்களின் விலாசங்களைக் கொடுப்பதற்கில்லை. விளம்பரங்களுக்குப் பதில் அனுப்புபவர்கள், "விளம்பரதாரர், பெட்டி எண் : C/o. மங்கையர் மலர், கிண்டி, சென்னை - 32 என்ற விலாசத்திற்கு அனுப்ப வேண்டும். தனிப்பட்ட கடிதப் போக்குவரத்து கிடையாது.

இரு மகன்களின் வயது 24, 21 ஆகும். GODR பிராமண இனத்தைச் சார்ந்தவர்கள் ஏற்புடைய வர்களாவர். சுமாரான படிப்பும், அழகும், வீட்டு வேலைகள் தெரிந்த மணமகள்கள் தேவை. வரதட்சணை ஏதும் இல்லாமல் திருமணம் செய்து கொள்ள வி ரு ப் ப ம். விருப்பம் உள்ளவர்கள் விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்க வும். பெட்டி எண் : 10398

மணமகன் தேவை

★ ஷடமர்ஷண கோத்ரம் மிருகசிரிஷம், அய்யர் 8 ல் செவ்வாய் தோஷம் உள்ள 24/135/500 உள்ள பட்டதாரிப் பெண்ணுக்கு மணமகன் தேவை. பெண் தற்சமயம் ஆசிரியையாக இருக்கிறாள். பையன் கவர்ன்மென்ட்/வங்கி உத்தியோகத் திலோ இருந்தால் உத்தமம். ஜாதகம் விவரமுடன் எழுதவும். பெட்டி எண் : 21402

★ தாரகாயண கோத்ரம் உட்பிரிவு வாத்திமாள், உத்திர நட்சத்திரம் 23 வயதான 5'.6'' உயரமுள்ள MCA படித்த சிவப்பான பெண்ணுக்கு படித்த மத்திய, மாநில அரசு வேலை/வங்கி வேலை யில் உள்ள மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 21403

★ ஐயர் பிரஹசரணம், கௌண்டின்ய, அனுஷம் 31 பி.காம்., வங்கியில் பணிபுரியும் பெண்ணிற்கு LIC/Bank/Public Sector undertaking/Central/State Govt. - ல் பணிபுரியும் தகுதியான வரன் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். உட்பிரிவு சம் மதம். பெட்டி எண் : 21404

★ விசாக நக்ஷத்திரம், 24 வயது பூர்த்தியான, 160 செ.மீ. உயரமுள்ள தமிழ், ஆங்கிலம், இந்தி தட் டச்சு மற்றும் தமிழ், ஆங்கிலம் சுருக்கெழுத்து சீனியர் கிரேட் பாஸ் செய்துள்ள, தனியார் நிறுவ னத்தில் சென்னையில் பணிபுரியும், சாதாரண நடுத்தரக் குடும்பத்தைச் சார்ந்த பெண்ணுக்கு, மத்திய அல்லது மாநில அரசுப்பணி அல்லது அவைகளைச் சார்ந்த நிறுவனங்களில் பணிபுரி யும், 30 வயதிற்குட்பட்ட, ஹரித கோத்திரமல் லாத, வடமாள் அய்யர் பிரிவைச் சார்ந்த பிள்ளை களின் பெற்றோர்களிடமிருந்து ஜாதகத்துடன் விபரங்கள் கோரப்படுகின்றன. பெட்டி எண் : 21405

★ வடகலை ஐய்யங்கார், கௌண்டன்ய கோத் திரம், ரேவதி நட்சத்திரம் பெண், வயது 33, எஸ். எஸ்.எல்.ஸி, தனியார் நிறுவனத்தில் வேலை. சகோதரி வயது 28, அனுஷ்ய நட்சத்திரம், எஸ். எஸ். எல். ஸி. வரன்கள் தேவை. பெட்டி எண் : 21406

★ அய்யர் வாதூல கோத்ரம் அஷ்டசஹஸ்ரம், மூலம் 25/151 செ.மீ. உயரமுள்ள பி.காம். படித்துக் கொண்டிருக்கும் சிவந்த நிறமுடைய குடும்பப் பாங்கான பெண்ணிற்கு 32 வயதிற்குள் நல்ல வேலையில் உள்ள வரன் தேவை. உட் பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 21407

★ பிரஹசரணம் ஐயர் கௌண்டின்யம், உத்தி ராடம், வயது 24, 5'.4'', பி.ஏ. பிஜிடிசிஎஸ்., பி.எட்., மற்றும் பாட்டு, பிடில் கற்றுள்ள சிவந்த நிறமுள்ள பெண்ணிற்கு டாக்டர், இன்ஜினியர், சார்ட்டெட் அக்கௌண்டெண்ட் தனியார் துறையில் நல்ல வேலையிலுள்ள படித்த மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 21408

★ அய்யர், ஹரித கோத்ரம், கிருத்திகை 4 ஆம் பாதம் B.Com (incomplete) 3.5.1965 உயரம் 163 செ.மீ உள்ள வேலையில் இல்லாத குடும்பப் பாங்கான பெண்ணிற்கு 32 வயதிற்குள் உள்ள வரன் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 21409

★ அய்யர், வடமாள், கௌண்டின்ய கோத்திரம், மகம் 34/155 செ.மீ. ரூ. 5000/- சம்பளத்தில் திருச்சி யில் தனியார் கல்லூரி ஆசிரியையாகப் பணி புரியும் எம்.எஸ்ஸி, எம்.பில் படித்த குடும்பப் பாங்கான பெண்ணிற்கு தகுந்த திருச்சியில் அல்லது திருச்சிக்கு மாற்றிக் கொள்ளக் கூடிய நல்ல பணியிலுள்ள அய்யர் வகுப்பில் (எந்தப் பிரிவும் சம்மதம்) நல்ல மணமகன் தேவை. தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 21410

★ ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸ, பூரம் நட்சத்திரம் 21 வயதுடைய அழகான குடும்பப்பாங்கான பட்ட தாரிப் பெண்ணிற்கு படித்த வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் : 21411

★ சோழிய வெள்ளாள பெண், 32 வயது, M.Sc., M.Ed., சம்பளம் ரூ. 3500/- பி.ஜி. ஆசிரியைக்கு, படித்த, வேலையில் உள்ள மணமகன் தேவை.

ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொ ள் ள வு ம். பெட்டி எண் : 21412

★ சௌராஷ்டிர குலம். சாலியரிஷி கோத்திரம். ஒரு வருடத்திற்கு முன்பு விவாகரத்து பெற்று சென்னை தனியார் கம்பெனியில் Data Entry Operator வேலை பார்க்கும், வயது 30, உயரம் 5'.2'', நல்ல அழகும், குணமும் உள்ள சென்னை LIC ஆபீசரின் பட்டதாரி மகளுக்கு, அதே குலத்தைச் சேர்ந்த சென்னையில் வேலை பார்க்கும் சுமார் 35 வயதுள்ள மணமகன் தேவை. நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த விவாகரத்து பெற்றவர்களும், தாரமிழந்தவர்களும் கூட தொடர்பு கொள்ளலாம். பெட்டி எண் : 21413

* Telugu Velnadu Brahmin parents seek same or subsect Telugu/Tamil non-Harithasa professional boys for only daughter graduate employed private 23/5'.3"/1500, star Poorvashada. Reply with brief details of boy and family for sending girl's horoscope. Contact Box No:21414

* Fair good looking Madhwa Brahmin girl 24 years/Jeshta/Kashyab 155.5 cms M.A. employed in a Private Company in Bangalore seeks alliance from same community Bank Officer or Diploma or any professionally qualified boys. Apply with horoscope to Box No.21415

* Alliance invited from Vadagalai non-Kousika for girl 26 years with Computer P.G. Diploma. Star Utthirattadhi from boys between 29/32, early marriage. Send horoscope to Box No.21416

* Vellala Pillai groom M.E/M.Tech./M.S/B.E/MBA. well employed India or abroad for Sozhia Vellala Pillai Engineering graduate girl 22 fair good looking. Respectable well to do family. Reply Box No. 21417

* Alliance from well employed groom of Tamilnadu neighbouring States for Saiva Pillai M.B.B.S. Doctor girl 27/164, private practice. Reply Box No.21418

* Wanted decently employed non-Bharadwaja boy of Bombay for Vadama girl - Makam 28/150 cms/5'.8" L.C. (DEO) employed as Primary Supervisor at Bombay earning Rs. 1400/- p.m. Reply with horoscope to Box No.21419

* Wanted non-Koundinya Telugu Brahmin boy, age upto 28 years, employed in Banks/LIC/GIC/Central Government offices for girl 23/155 cms/Sathyam/B.A., fair complexion, domestically well trained. Decent marriage. Box No.21420



* Alliance invited for Thengalai Iyengar girl Kousika aged 35/145/PUC. typing higher, star Chitrai. Domestically well trained. Subsects no bar. Box No.21421

* Alliance invited from C.A., B.E., Bank Officers, Lecturers, Central/State Government Officers only for Karkarthar Vellalar girl M.A., B.Ed., (M.Phil), 25, 5'.3" from respectable family. Box No.21422

* Alliance invited for Telugu Velnadu Brahmin girl 31/5'/1500 p.m. working in a private firm fair and good looking well settled in Madras. From any Brahmin family subsect no bar. Box No.21423

* Alliance invited from well employed broad-minded, divorcee/widower Brahmin boy with/without children around 40 yrs. for Iyengar girl 36, divorcee with no children. Domestically well trained. Send horoscope and particulars to Box No.21424

★ பாரத்வாஜம், விசாகம், எம். ஏ படித்துக் கொண்டிருக்கிற, நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த, தாய்மை அடைய முடியாத பிராமண வகுப்பைச் சேர்ந்த பெண்ணிற்கு அதற்குத் தகுந்தாற்ப் போலுள்ள பிராமண வகுப்பைச் சேர்ந்த மணமகன் தேவை. சமஜெஉரிதி : K.N. Rajagopalan, 273, III Main Road, Murugu Nagar, Velacheri Vijaya nagar, Madras - 600 042.

★ தமிழ் ஐயங்கார் வடகலை, கௌசிகம்/பரணி/ 30/155/1500 ஆந்திரா கவர்ன்மெண்ட் வேலையில் உள்ள குடும்ப பாங்கான அழகுள்ள பெண்ணிற்கு, நல்ல நிலையில் உள்ள மணமகன் தேவை. தென்கலையும் சம்மதம். ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி : K.S.L. Narasimhan, TRT 59/15, Sirsilk Colony, Sirpur-Kaghaznagar - 504 296. (A.P)

* Wanted graduate groom, preferably employed for a good looking Sozhia Vellala Pillai girl 33/159/B.Sc, B.Ed., teacher. Subsect no bar. Reply with horoscope to Box No.21425

* Alliance invited from well educated, decently employed non-Bharadwaja Gothram bridegroom for a Tanjore District Vathima Iyer girl, B.Sc., employed in North, Rohini, 23/151. Reply with horoscope and family details to Box No.21426

* Alliance invited from Vadama Iyer non-Kausika, Calcutta-based boys for girl working in Calcutta graduate 25/155/1500. Star Visagam, 4th padam. Box No.21427

* Alliance invited for Viswakarma girl 26/5½ (M.Sc.) fair, Revathi, employed in Private School at Trichy from educated, decently employed boy. Simple marriage. Send horoscope and particulars to Box No.21428

* Suitable alliance invited from non-Kashyapa boys for a Brahacharanam, B.Com., graduate, unemployed girl, Poosam/27 yrs/153 cms. Reply Box No.21429

* Alliance invited for Balija Naidu girl 28, Kettai IV padam working private firm Barfgalore from employed graduate boys of the same community in age group 30-34. Box No.21430

★ சௌராஷ்ட்ரா அகஸ்திய கோத்திரம் அஸ்வினி 27/165 செ.மீ சிகப்பு நிறம் குடும்ப பாங்கான ஒரே

பெண்ணுக்கு அரசாங்கம்/தனியார் நிறுவனம் (அ) சொந்த தொழில் புரியும் மணமகன் தேவை. ஜாதகம் மற்றும் குடும்ப விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 21431

★ 25 வயது, ரேவதி நட்சத்திரம், கோதுமை நிறம், விவாகரத்து செய்த எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. வரை படித்து வேலையில்லாத, சேனை தலைவர் பெண்ணிற்குப் பரந்த மனப்பான்மையுடன் ஏற்றுக் கொள்ளும் மனப்பக்குவம் கொண்ட மணமகன் தேவை. ஜாதி மத பேதம் இல்லை. பெட்டி எண் : 21432

★ வன்னியர்குல க்ஷத்திரியர் பட்டப்படிப்பு தமிழ்நாடு அரசில் நிரந்தர பணி, வயது 42, விவாகரத்து ஆனவர், குழந்தை இல்லை. கௌரவமான, அடக்கமான குடும்பப் பெண்ணுக்கு அதே/மற்ற இனத்திலோ அன்பான மனைவியும் அதனினும் சிறந்த ஒரு நல்ல துணையாகவும், தாயாகவும் இருக்க வேண்டும் என விரும்புவர்கள் முழு விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 21433

★ ரெட்டி, வயது 28, உயரம் 155 செ.மீ., +2, டைப் தேறியுள்ள லிமிடெட் கம்பெனியில் ரூ. 1000/- சம்பளத்தில் பணிபுரியும் பெண்ணுக்கு நிரந்தர வருமானமுள்ள அதே இனத்தைச் சேர்ந்த மணமகன் தேவை. தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண் : 21435

★ கோவையில் அஞ்சல்துறையில் பணிபுரியும் பலிஜா நாயுடு இனத்தை சேர்ந்த 34 வயதுடைய விவாகரத்தான பெண்ணிற்கு அரசுத்துறை/தனியார் துறையில் பணிபுரியும் நாயுடு இனத்தை சேர்ந்த 35-40 வயதுக்குட்பட்ட, படித்த, பண்புள்ள மணமகன் தேவை. விலங்கமின்றி விவாகரத்தானவர்களும், தாரமிழந்தவர்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண் : 21436

★ அய்யர், வடமாள் கௌசிகம், சுவாதி பி.ஏ. விவாகரத்து நடைபெற்று 4 ஆண்டுகள் ஆகிவிட்ட பெண். குழந்தை இல்லை. வயது 23, உயரம் 5'.4½''. தற்காலிகமாக வேலை. உத்தியோகத்தில் அல்லது சொந்தத் தொழில் செய்யும் தகுந்த நல்ல மணமகன் தேவை. ஜாதகத்திற்கு தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண் : 21437

★ இளம்பிள்ளை வாதத்தால் கால்கள் பாதிக்கப்பட்டு, பின்பு அறுவை சிகிச்சை செய்து கொண்ட பின்பு கட்டைகள் உதவியுடன் நடமாடும் பெண் 30/155/1600 சர்க்கார் வேலையில் உள்ள ஊனமுற்ற பெண்ணிற்கு தியாகமனப்பான்மை உள்ள மணமகன் தேவை. எம்மதமும் சம்மதம். பெட்டி எண் : 21438

* Seer Karuneegar Girl 27 years PG with B. Ed., Gln., unemployed strictly vegetarian, middle class family seeks alliance from employed groom from Central/ Pvt. Sectors. Apply with full details and horoscope to Box No. 21439.

★ சோழிய வேளாளர், 24/DEE/3000 மத்திய அரசு பணியிலிருக்கும் பெண்ணுக்கு அதே இனத் தில் திருவனந்தபுரம்/பெங்களூரில் மத்திய அரசு வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். V. சிங்காரவேலு, காமராஜர் தெரு, பொன்மலைப்பட்டி, திருச்சி - 620 004.

★ அய்யர் ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், வடமாள், ஆயில்யம் 3 ம் பாதம் 21/5' +2 படித்த தெய்வ பக்தியும், நல்ல பண்பும், குடும்ப வேலைகள் நன்கு தெரிந்த, வேலையில் இல்லாத, மாநிறமான பெண்ணிற்கு நல்ல வேலையில் உள்ள 30 வயதுக்குள் வரன் தேவை. ஜாதகம் மற்றும் விவரங்களுடன் எழுதவும். பெட்டி எண் : 21440

★ நாயுடு வகுப்பைச் சேர்ந்த சிகப்பான அழகான மாநில அரசுப் பணியிலுள்ள 29/158/2500 விவாகரத்தான பெண்ணிற்கு அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த 35 வயதிற்கு மேற்படாத அரசுப் பணியிலுள்ள வரன் தேவை. எவ்வித விலங்கமுமில்லை. உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண் : 21441

★ இந்து யாதவா பி. ஏ. பி. எட்., 33/2800/- அரசு உயர்நிலைப் பள்ளி ஆசிரியைக்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த வேலையிலிருக்கும் பட்டதாரி மாப்பிள்ளை தேவை. ஜாதகத்துடன் விவரங்களை அனுப்பவும். பெட்டி எண் : 21442

* Alliance invited for Athreya Gothram Vadakalai Graduate, Bank employed very fair complexioned and beautiful Girl slim, young looking, Avittam, age 34/158 cms/Rs. 3500/- p.m. Subsect no bar. Reply to Box No. 21443

மணமகள் மணமகன் தேவை

* Mutual or separate suitable alliances for Kousika Thenkalai Iyengar girl star- Murugasheerisham 32/145/PUC typing higher and domestically well trained and her brother Uthirattadhi 29/160/1600 Telecom Dept employed girl preferred. Subsect no bar. Box No.30037

* Mutual/separate if preferred for Telugu girl, Brahmin, Bharadwaj, Revathi B.Sc., 26 employed, innocent divorcee. No issue. Brother employed Public Sector age 29/4500 at Madras. Subsects no bar. Box No.30038



பரதன் பப்ளிகேஷன்ஸ் பிரைவேட் லிமிடெட் சார்பாகப் பரதன் அச்சகத்தில் ஆசிரியர் பொறுப்பேற்று அச்சிட்டு வெளியிடுபவர் : வி. முரளி. இணை ஆசிரியர் : மஞ்சுளா ரமேஷ்.
முகவரி : ரேஸ்கோர்ஸ் சாலை, கிண்டி, சென்னை - 600 032. தொலைபேசி : ஆசிரியர் குழு அலுவலகம் : 2344145 சர்க்குலேஷன் மானேஜர் : 2344190; விளம்பரம் - சந்தா: 2344157; டைரக்டர் : 2341543.
ஆண்டுச் சந்தா - உள்நாடு : ரூ. 72/-; வெளிநாடு : கப்பல் தபால் : ரூ. 140/-, விமானத் தபால் : ரூ. 300/-
அறுமாதச் சந்தா - உள்நாடு : ரூ. 36/-; வெளிநாடு : கப்பல் தபால் : ரூ. 70/-, விமானத் தபால் : ரூ. 150/-

பாட்டிக்கு...
அம்மாக்கு...
எனக்கு...
என் செல்லப்
பாப்பாக்கு...

எல்லார்க்கும்
பிடிச்சது...

கோ-ஆப்டெக்ஸ்

● தூய பட்டு
● அசல் சரிகை





கோ-ஆப்டெக்ஸ்
தமிழ்நாடு கைத்தறி

DIPR/2248/MS-91/FAME(1)

★ சென்னை: தில்லையாடி வள்ளியம்மை பட்டு மாளிகை, 350, பாந்தியன் சாலை, எழும்பூர் ★ சேலம்: பட்டு மாளிகை, 57, தேரடி ★ ஈரோடு: பவளம், 147, நேத்தாஜி சாலை. ★ கோவம்புத்தூர்: தாமரை பட்டு மாளிகை, 314, 315, ராஜ வீதி. ★ மதுரை: பட்டு மாளிகை, 36, வெங்கலக் கடைத் தெரு ★ திருநெல்வேலி: பட்டு மாளிகை, 59, 59-A, வடக்கு ரத வீதி ★ திருச்சி: அமுதசுரபி, 12, 14, தேரடிக் கடைத்தெரு ★ தஞ்சாவூர்: பட்டு மாளிகை, 162, ராஜராஜ சோழன் வணிக மையம் ★ பெங்களூர்: ரேஷம் தாரா, சபீனா பிளாஸா, முதல் மாடி, 84,85, இன்பன்ட்ரி சாலை. ★ ஹைதராபாத்: 16,17, புது மார்க்கெட், திலக் சாலை, அபிட்ஸ்.

Mangayar Malar November - '91
REGISTERED NO. TN MS (S) 231
Registered as Newspaper in Srilanka